Французские дети не плюются едой

Секреты воспитания из Парижа

Памела Друкерман

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Французским родителям удается вырастить счастливых, вежливых и послушных детей, не жертвуя при этом своей взрослой жизнью. Почему французы, в отличие от нас, не проводят часть ночи в попытках убаюкать своих малышей? Почему они не вмешиваются, когда взрослые общаются, и не устраивают истерик в магазинах игрушек? Почему спокойно ведут себя в ресторанах, едят взрослые блюда и способны без скандала выслушать родительское «нет»?

Француженки обожают своих детей, но не позволяют им погубить свою фигуру, карьеру и социальную жизнь. Даже с грудными детьми они выглядят модно и сексуально. Как это им удается?

Американская журналистка Памела Друкерман, живущая в Париже с мужем-англичанином и тремя детьми, исследовала феномен французского воспитания. У нее получилась очень личная, живая, полная юмора и одновременно практичная книга, раскрывающая секреты французов, чьи дети прекрасно спят, хорошо едят и не допекают своих родителей.

- Памела Друкерман
  - ○
  - ○ Словарь французских воспитательных терминов
  - ○ ПРЕДИСЛОВИЕ
  - ○ ГЛАВА 1
  - ○ ГЛАВА 2
  - ○ ГЛАВА 3
  - ○ ГЛАВА 4
  - ○ ГЛАВА 5
  - ○ ГЛАВА 6
  - ○ ГЛАВА 7
  - ○ ГЛАВА 8
  - ○ ГЛАВА 9
  - ○ ГЛАВА 10
  - ○ ГЛАВА 11
  - ○ ГЛАВА 12
  - ○ ГЛАВА 13
  - ○ ГЛАВА 14
  - ○ Наше французское будущее
  - ○ Благодарности
- notes
  - ○ 1

- ○ 2
- ○ 3
- ○ 4
- ○ 5
- ○ 6
- ○ 7
- ○ 8

Памела Друкерман
Французские дети не плюются едой

Посвящается Саймону, рядом с которым все обретает смысл

Некоторые имена и детали в этой книге изменены в целях обеспечения анонимности

Les petits poissons dans l'eau, Nagent aussi bien que les gros.
Маленькие рыбки плавают как большие.
Французская детская песенка

Словарь французских воспитательных терминов

Attend — *подожди, постой.* Эта команда, которую дают родители детям во Франции, означает, что ребенок вполне способен подождать желаемого и в промежутке может занять себя сам.

Au revoir — *до свидания.* Дети во Франции должны говорить au revoir, когда прощаются со знакомыми взрослыми. Одно из четырех «волшебных слов», которые должен знать каждый французский ребенок..

Autonomie — *автономность.* Независимость и умение полагаться только на себя воспитывают в детях с ранних лет.

Bêtise — *маленькая шалость.* Разделение проступков на более и менее серьезные помогает родителям реагировать на них соответственно.

Bonjour — *здравствуйте, добрый день.* Так дети здороваются со знакомыми взрослыми.

Caca boudin — букв, *кака-сосиска, какашка.* Ругательное слово французских детсадовцев.

Cadre — *рамки, границы.* Идеал французского воспитания: детям устанавливают четкие рамки, однако внутри этих рамок им предоставлена полная свобода.

Caprice — *каприз.* Импульсивное желание, прихоть или требование ребенка, часто сопровождаемые нытьем или слезами. Французские родители считают, что потакать капризам вредно.

Classe verte — *«зеленый класс».* Начиная с первого класса школы ученики ежегодно примерно на неделю выезжают на природу под присмотром учителя и нескольких взрослых.

Colonie de vacances — *детский лагерь отдыха.* Во Франции несколько сотен таких лагерей для детей от четырех лет. Они отдыхают там без родителей, обычно в сельской местности.

Complicité — *взаимное доверие.* Обоюдное понимание, которого с самого рождения пытаются добиться от детей французские родители и воспитатели. Они считают, что даже маленькие дети способны мыслить рационально и с ними можно построить отношения, основанные на взаимопонимании и уважении.

Crèche — *французские государственные ясли на полный день.* Французы из среднего класса обычно отдают детей в ясли, а не оставляют с нянями. Государственные ясли они предпочитают частным, «домашним».

Doucement — *тихо, осторожно.* Одно из тех слов, которые воспитатели часто говорят маленьким детям, считая, что даже малыши способны поступать осознанно и контролировать свои действия.

Doudou — *любимая игрушка,* обычно мягкая — та, с которой ребенок засыпает.

École maternelle — *бесплатный государственный детский сад.* В детский сад ребенок идет в сентябре того года, когда ему исполняется три.

Éducation — *обучение, воспитание.* Французские родители относятся к воспитанию детей как к обучению.

Enfant roi — *ребенок-король.* Чересчур требовательное дитя, которое постоянно находится в центре внимания родителей и совершенно не терпит, если что-то «не по нему».

Équilibre — *равновесие.* Все в жизни должно быть уравновешено, и ни одна роль не должна перекрывать другие — в том числе и роль родителя.

Éveillé/e — *пробужденный, живой, активный.* Идеальное качество французского ребенка. Еще одно идеальное качество — рассудительность, см. *sage.*

Gourmand/e — тот, кто ест слишком быстро, слишком много или слишком любит какое-то одно блюдо.

Goûter — *полдник.* Полдничают обычно в 16.00, и это единственный «перекус» в течение дня.

Les gros yeux — *«большие глаза».* Укоризненный взгляд — так взрослые смотрят на расшалившихся детей.

Maman-taxi — *мама-такси.* Так называют мам, которые все свободное время возят детей с одной «развивалки» на другую. Это считается не *équilibré.*

N'importe quoi — *бог знает что, как вздумается.* Ребенок, который так ведет себя, не знает границ дозволенного и не думает об окружающих.

Non — *нет, ни в коем случае.*

Profiter — *наслаждаться, пользоваться моментом*.

Punir — *наказывать.* Наказывают во Франции только по очень серьезным, нешуточным поводам.

Rapporter — *наябедничать, донести.* Во Франции и дети, и взрослые считают это ужасным.

Sage — *рассудительный, спокойный.* Так говорят о ребенке, который умеет себя контролировать или поглощен игрой. Вместо «веди себя хорошо» французские родители говорят: «будь *sage».*

Tétine — *соска.* Трехлетние и четырехлетние дети с соской во рту — во Франции обычное дело.

ПРЕДИСЛОВИЕ
Французские дети не плюются едой

Когда нашей дочери исполнилось полтора года, мы решили взять ее с собой в отпуск.

Выбираем прибрежный городок в нескольких часах езды на поезде от Парижа, где мы живем (мой муж — англичанин, я — американка), и бронируем номер с детской кроваткой. Дочка у нас пока одна, и нам кажется, что никаких сложностей не будет (какая наивность!). Завтрак у нас в гостинице, а обедать и ужинать придется в рыбных ресторанчиках в старом порту.

Очень скоро выясняется, что два похода в ресторан ежедневно с полуторагодовалым ребенком могут стать отдельным крутом ада. Еда — кусочек хлеба или что-нибудь жареное — увлекает нашу Бин лишь на пару минут, после чего она высыпает соль из солонки, рвет пакетики с сахаром и требует, чтобы ее спустили на пол с детского стульчика: ей хочется носиться по ресторану или убегать в сторону причала.

Наша тактика — есть как можно быстрее. Заказ делаем, не успев как следует усесться, и умоляем официанта поскорее принести хлеб, закуски и горячее — все блюда одновременно. Пока муж заглатывает рыбу кусками, я слежу, чтобы Бин не попала под ноги официанту и не утонула в море. Потом мы меняемся… Чаевые оставляем огромные, чтобы хоть как-то компенсировать чувство вины за горы салфеток и ошметки кальмаров на столе.

На обратном пути в гостиницу мы клянемся никогда больше не путешествовать и не заводить детей — ведь от этого сплошные несчастья. Наш отпуск ставит диагноз: жизнь, какой она была полтора года назад, кончена навсегда. Не знаю, почему нас это удивляет.

Выдержав несколько таких обедов и ужинов, я вдруг замечаю, что семьи французов за соседними столиками, пожалуй, не испытывают адских мук. Как ни странно, они-то как раз похожи на людей в отпуске! Французские дети, ровесники Бин, спокойно восседают на своих высоких стульчиках и ждут, пока им принесут еду. Они едят рыбу и даже овощи. Они не вопят и не хнычут. Вся семья ест сначала закуски, потом горячее. И не оставляет после себя горы мусора.

Хоть я и прожила во Франции несколько лет, объяснить это явление не могу. В Париже детей в ресторанах встретишь редко, да я к ним и не присматривалась. До родов я вообще не обращала

внимания на чужих детей, а теперь смотрю в основном на своего ребенка. Но в нашем нынешнем бедственном положении не могу не заметить, что некоторые дети, похоже, ведут себя иначе.

Но почему? Неужели французские дети генетически спокойнее других? Может быть их заставляют подчиняться методом кнута и пряника? Или здесь сих пор в ходу старомодная воспитательная философия: «детей должно быть видно, но не слышно»?

Не думаю. Эти дети не кажутся запуганными. Они веселы, разговорчивы, любопытны. Их родители внимательны и заботливы. А над их столиками будто витает некая невидимая сила, заставляя вести себя цивилизованно. Подозреваю, что она управляет всей жизнью французских семей. Но полностью отсутствует в нашей.

Разница не только в поведении за столиком в ресторане. Например, я ни разу не видела, чтобы ребенок (не считая моего собственного) закатил истерику на детской площадке. Почему моим подругам-француженкам не приходится прерывать телефонные разговоры, когда их детям срочно что-то понадобилось? Почему их комнаты не оккупированы игрушечными домиками и кукольными кухнями, в отличие от наших? И это еще не все. Почему большинство известных мне детей-нефранцузов питается одними макаронами и рисом или ест только «детские» блюда (а их не так уж много), в то время как друзья моей дочки едят и рыбу, и овощи, да в общем все что угодно? Французские дети не хватают куски в перерывах между едой, довольствуясь полдником в определенное время. Как такое возможно?

Вот уж не думала, что проникнусь уважением к французским методам воспитания. Никто о таких и не слышал, в отличие от французской высокой моды или французских сыров. Никто не ездит в Париж учиться у французов методике воспитания детей, в которой нет места чувству вины. Напротив, мои знакомые мамочки в ужасе от того, что француженки почти не кормят грудью и спокойно позволяют своим четырехлеткам разгуливать с соской во рту. Но почему никто не говорит о том, что большинство малышей во французских семьях спят по ночам уже в два-три месяца? И что им не нужен постоянный присмотр. И что они не падают на пол в истерике, услышав родительское «нет».

Да, французские методы воспитания в мире толком не известны. Но со временем я поняла, что как-то незаметно родители-французы достигают результатов, создающих в семье совершенно иную атмосферу. Когда к нам в гости приходят семьи моих соотечественников, родители заняты в основном тем, что

разнимают своих дерущихся чад, водят двухлеток за ручку вокруг кухонного стола или садятся с ними на пол и строят города из «лего». Кто-нибудь непременно закатывает истерику, и все принимаются его утешать. Но когда у нас в гостях друзья-французы, все взрослые спокойно пьют кофе и общаются, а дети спокойно играют сами по себе.

Это не значит, что родители во Франции не беспокоятся о своих детях. Нет, они в курсе, что есть педофилы, аллергии и риск подавиться мелкими частями игрушек. И соблюдают все меры предосторожности. Но они не испытывают панического страха за благополучие своих детей. Это спокойное отношение позволяет им эффективнее поддерживать баланс между границами дозволенного и детской самостоятельностью. (В 2002 году проводили опрос в рамках Международной программы социальных исследований: 90 % французов ответили «Согласен» или «Полностью согласен» на утверждение: «Смотреть, как растут мои дети, — самая большая радость в жизни». Для сравнения, в США аналогично ответили 85,5 %, в Великобритании — 81,1 % родителей.)

Во многих семьях есть проблемы с воспитанием. О них написаны сотни книг и статей: чрезмерная опека, патологическая опека и мой любимый термин — «детопоклонничество» — когда воспитанию детей уделяют столько внимания, что самим детям это уже во вред. Но почему «детопоклоннический» метод воспитания так глубоко въелся нам под кожу, что мы не в силах избавиться от него?

Началось это в 1980-е, когда ученые получили данные (а пресса их широко распространила) о том, что дети из бедных семей отстают в учебе, так как им уделяется недостаточно внимания, особенно в раннем возрасте. Родители из среднего класса посчитали, что их чадам тоже не повредит больше внимания. При этом они стали преследовать еще одну цель — воспитывать детей особым образом, чтобы те могли стать частью «новой элиты». А для этого надо развивать детей «правильно» с самого раннего возраста, и желательно, чтобы в своем развитии они опережали других.

Бок о бок с идеей «соревнования родителей» крепло убеждение в том, что дети психологически уязвимы. Сегодняшние молодые родители — поколение, как никогда осведомленное по части психоанализа, — хорошо усвоили, что наши поступки способны наносить ребенку психологические травмы. Кроме того, наше взросление пришлось на бум разводов середины 1980-х, и мы решительно настроились вести себя самоотверженнее, чем наши собственные родители. И хотя уровень преступности резко

упал по сравнению с небывало высоким в начале 1990-х, стоит только посмотреть новости, возникает впечатление, что жизнь детей никогда еще не подвергалась такому риску, как сегодня. Нам кажется, что мы растим детей в очень опасном мире, а значит, постоянно должны быть начеку.

Из-за этих страхов возник стиль воспитания, приносящий родителям сплошные стрессы, изматывающий их. Во Франции же я увидела, что есть другой путь. Во мне заговорили журналистское любопытство и материнское отчаяние. К концу нашего неудавшегося отпуска я решила выяснить, что же все-таки французы делают не так, как мы. Почему их дети не плюются едой? Почему на них не орут родители? Что это за невидимая сила, заставляющая всех вести себя прилично? И главное — могу ли я измениться и применить их методы к своему ребенку?

Я поняла, что на верном пути, когда обнаружила исследование, показавшее, что матери из города Коламбус в Огайо считают уход за детьми в два раза менее приятным занятием, чем мамы из французского города Ренн. Мои наблюдения, сделанные в Париже и во время поездок в Америку, подтверждают: во Франции родители Делают что-то такое, что превращает воспитание детей в радость, а не в тяжелый труд.

Секреты французского воспитания у всех на виду. Просто раньше никто не стремился их узнать.

Теперь в сумке для подгузников я ношу и блокнот. Каждый поход к врачу, на ужин, в гости к семьям с детьми, в кукольный театр — это возможность наблюдать за местными родителями в действии, чтобы выяснить, какими неписаными правилами они руководствуются.

Сначала было не совсем понятно. Среди французов тоже есть разные категории родителей — от чрезвычайно строгих до практикующих прямо-таки вопиющую вседозволенность. Расспросы ни к чему не привели: большинство родителей, с которыми я беседовала, утверждали, что не делают ничего особенного. Напротив, они были убеждены, что именно во Франции распространен синдром «ребенка-короля», из-за которого родители растеряли весь свой авторитет. (На что я отвечаю: «Вы не видели настоящих „детей-королей“. Поезжайте в Нью-Йорк — увидите!»)

Через несколько лет, после рождения в Париже еще двоих детей, ко мне стало приходить понимание. Я узнала, например, что во Франции есть свой «доктор Спок»: имя этой женщины знают в каждом доме, но ни одна ее книга не переведена на английский. Я читала их на французском, как и книги других авторов. Беседовала со многими родителями и бесстыже

подслушивала везде: забирая детей из школы, во время поездок в супермаркет. В конце концов мне, кажется, стало ясно, что именно французы делают иначе.

Говоря «французы» или «французские родители», я, разумеется, обобщаю. Все люди разные. Просто большинство родителей, с которыми я общаюсь, живут в Париже и его пригородах. В основном это люди с университетским образованием, профессионалы, имеющие доход выше среднего. Не богачи, не знаменитости — образованный средний или чуть выше среднего класс.

Вместе с тем, путешествуя по Франции, я убедилась, что взгляды парижанок среднего класса на воспитание детей не чужды и француженкам из провинции, относящимся к рабочему классу. Меня поразило то, что, родители во Франции как будто не знают точно, в чем секрет воспитания, но тем не менее поступают одинаково. Обеспеченные адвокаты, воспитатели французских детских садов, учителя обычных школ, старушки, которые делают мне замечания в парке, — все руководствуются одними и теми же основными принципами. Эти принципы описаны во всех французских книгах по уходу за детьми, во всех журналах для родителей, которые попадались мне в руки. Прочитав их, я поняла, что, родив ребенка, необязательно выбирать какую-либо родительскую философию. Есть основные правила, которые все принимают как должное. Это снимает с французских родителей половину тревог.

Но почему именно французы? Я вовсе не фанатка Франции. Напротив, я даже не уверена, нравится ли мне здесь жить. Но, несмотря на все проблемы, Франция — лакмусовая бумажка для выявления перегибов в других системах воспитания. С одной стороны, парижане стремятся побольше общаться с детьми, бывать с ними на природе, читать им больше книг. Они водят Детей на теннис, рисование, в интерактивные научные музеи. С другой — им как-то удается участвовать в жизни детей, не превращая это участие в одержимость. Они считают, что даже хорошие родители не должны быть в постоянном услужении у своих детей и не должны при этом испытывать чувство вины. «Вечер — время для родителей, — объяснила знакомая парижанка. — Дочь может быть с нами, если хочет, но это время для взрослых».

Французские родители тоже стремятся уделять своим детям внимание, но не чрезмерное. Детям из других стран нанимают репетиторов по иностранным языкам и отправляют их в центры раннего развития в два года, а то и раньше, а во Франции карапузы продолжают карапузничать — как им и положено.

Практического опыта французским родителям не занимать. Во всей Европе наблюдается спад рождаемости, но во Франции — беби-бум. Из всего Евросоюза лишь в Ирландии уровень рождаемости выше. (В 2009 году уровень рождаемости во Франции составил 1,99 ребенка на одну женщину, в Бельгии -1,83, в Италии — 1,41, в Испании — 1,4, в Германии — 1,36.[1])

Во Франции действует система социальной поддержки, благодаря которой быть родителем более привлекательно и менее напряженно. Детские сады бесплатны, страхование здоровья тоже, не надо копить на колледж. Многие семьи прямо на банковский счет получают ежемесячное пособие на детей. Однако все эти блага не объясняют различий в подходе к воспитанию, которые я вижу. Французы воспитывают детей по совершенно иной системе. Да и вообще, когда спрашиваешь французов, как они воспитывают своих детей, они не сразу понимают, что имеется в виду. «Как вы их воспитываете?», — настаиваю я и вскоре понимаю, что «воспитывать» — это узкоспециальное, редко используемое во Франции действие, связанное с наказанием. А французы своих детей *растят*.

Теориям воспитания, отличным от общепринятой системы, посвящены десятки книг. У меня такой теории нет. Но перед моими глазами целая страна, где дети хорошо спят, едят взрослые блюда и не «достают» своих родителей. Оказывается, для того чтобы быть спокойным родителем, не нужно исповедовать какую-то философию. Нужно просто по-другому взглянуть на ребенка.

ГЛАВА 1
Вы ждете ребенка?

Было десять утра, когда шеф вызвал меня к себе и посоветовал воспользоваться медицинской страховкой. Напоследок. Так как после моего сокращения действовать она уже не будет. А сокращают меня через месяц с небольшим.

Тогда вместе со мной уволили более двухсот человек. Эта новость ненадолго вызвала рост стоимости акций владеющей нашей газетой компании, и я подумала — не продать ли мне свой небольшой пакет. Заработаю на своем же увольнении…

Но вместо этого я бродила по Манхэттену в ступоре. Погода была вполне соответствующая — лил дождь. Я набрала номер приятеля, с которым должна была встретиться вечером.

— Меня уволили, — сообщила я.

— Сильно расстроилась? — спросил он. — Может, отменим ужин?

Вообще-то я была рада. Наконец-то избавилась от работы, которую мне почти шесть лет не хватало решимости бросить. В качестве репортера международного отдела газеты со штаб-квартирой в Нью-Йорке я освещала выборы и финансовые кризисы в Латинской Америке. Нередко о задании мне сообщали за пару часов до вылета, после чего несколько недель я жила в отелях. Было время, когда начальство ожидало от меня великих свершений, поговаривали о том, чтобы сделать меня редактором, оплатили даже курсы португальского.

Потом вдруг эти разговоры прекратились. И, как ни странно, меня это устраивало. Я очень любила фильмы о международных корреспондентах, но быть таким корреспондентом — совсем другое дело. Обычно я прозябала в одиночестве, вынужденная писать бесконечные репортажи на одну и ту же тему, осаждаемая звонками от редакторов, которым все время нужны были новые статьи. Новости для меня были чем-то вроде механического быка для родео. Мужчины, выполнявшие ту же работу, что и я, умудрялись находить себе жен-костариканок и колумбиек и путешествовать с ними. Их хотя бы ждал ужин на столе, когда они без задних ног приползали домой. Мужчин, с которыми встречалась я, было бы не просто возить с собой. Да и я редко задерживалась в одном городе, так что дело не доходило даже до третьего свидания.

Я была рада, что ухожу из газеты. Но была не готова стать изгоем. Когда после увольнения я все еще иногда заходила в

офис, коллеги смотрели на меня, как на заразную. Люди, с которыми я работала годами, не разговаривали со мной и за километр обходили мой стол. Од на сослуживица пригласила меня на прощальный обед, а потом не захотела возвращаться в офис, чтобы нас не видели вместе.

Я давно забрала свои вещи, и тут мой редактор, которого не было в городе, когда полетели головы, вызвал меня на унизительное совещание и предложил работу с потерей в деньгах, после чего убежал на ланч. И мне вдруг стало ясно: я не хочу больше писать о политике и финансах. А хочу, чтобы рядом был мужчина.

Я стою на своей крошечной кухне, раздумываю о том, что мне делать дальше, и тут раздается звонок. Это Саймон. Мы познакомились полгода назад в баре в Буэнос-Айресе — общий знакомый привел его на вечеринку для зарубежных корреспондентов. Саймон журналист из Британии и приехал тогда в Аргентину на несколько дней писать материал о футболе. Я же приехала освещать их экономический кризис. Оказалось, что из Нью-Йорка мы летели одним рейсом. Он запомнил меня как девушку, задержавшую посадку: уже в «рукаве» я сообразила, что оставила покупки из дьюти-фри в зале вылета, и настояла, чтобы мне разрешили вернуться. (Аэропорты были тогда основными местами моего шопинга.)

Саймон пришелся мне по душе: смуглый, коренастый, остроумный. (Он среднего роста, но считает себя маленьким, так как вырос в Голландии, среди светловолосых гигантов.) Через несколько часов после нашей встречи я поняла, что такое любовь с первого взгляда — когда сразу начинаешь чувствовать себя рядом с человеком очень спокойно. Хотя тогда признаваться ему в любви не стала, просто сказала: «Нам ни в коем случае нельзя вместе спать».

Я была влюблена, но осторожничала. Саймон только что переехал из Лондона в Париж, где купил скромную квартирку. Я постоянно перемещалась между Нью-Йорком и Южной Америкой. Поддерживать отношения на таком расстоянии казалось нереальным. После встречи в Аргентине мы иногда переписывались, но я не позволяла себе воспринимать его слишком серьезно, надеясь, что найдутся смуглые, остроумные парни и в моем часовом поясе.

И вот, когда спустя семь месяцев Саймон вдруг позвонил, и я призналась, что меня только что выгнали с работы, он не отнесся ко мне, как к бракованному товару; напротив, кажется, был рад, что у меня наконец появилось свободное время. Мол, у нас с ним

есть «неоконченный разговор», и он хотел бы приехать в Нью-Йорк.

— Ужасная идея, — неловко среагировала я. Какой смысл? Переехать в Америку он все равно не сможет, ведь он пишет о европейском футболе. А я не говорю по-французски и никогда даже не думала жить в Париже. Хотя у меня и появилась свобода передвижения, я не хотела быть затянутой на чужую орбиту прежде, чем снова найду свою собственную.

Саймон все же приехал в Нью-Йорк. Появился у меня в той же потрепанной кожаной куртке, которую носил в Аргентине, и принес сэндвичи с копченым лососем из соседнего магазина. Через месяц в Лондоне он познакомил меня с родителями; через полгода я продала почти все свое имущество, а то, что осталось, переправила во Францию. Друзья наперебой твердили, что я слишком тороплюсь, но я не обращала внимания. Свою однокомнатную нью-йоркскую квартируя покинула, уплатив все задолженности по аренде, взяв с собой три огромных чемодана и коробку с латиноамериканскими монетами, которую подарила таксисту-пакистанцу, доставившему меня в аэропорт. Так в мгновение ока я стала парижанкой.

Двухкомнатная холостяцкая берлога Саймона находится в бывшем плотницком квартале восточного Парижа. Рассчитывая на не растраченную еще компенсацию за сокращение, я решаю забыть о финансовой журналистике и начинаю собирать материал для книги. Днем мы с Саймоном работаем, каждый в своей комнате.

Розовые очки нам пришлось снять почти сразу — из-за разногласий по части оформления интерьера. В книге по фэн-шуй я прочитала, что горы барахла на полу являются признаком депрессивного состояния. Однако в случае с Саймоном это всего лишь какая-то особая неприязнь к полкам. Зато он мудро потратил деньги на огромный стол из необработанного дерева, который занял половину гостиной, и допотопную систему газового отопления, которая не всегда обеспечивает нас горячей водой. Но больше всего меня по сей день раздражает постоянно высыпающаяся из его карманов мелочь, которая потом собирается в кучки по углам.

— Ну зачем тебе столько мелочи, избавься от нее — молю его я.

За пределами квартиры мне тоже не очень комфортно. Хоть мы и находимся в гастрономической столице мира, я никак не могу понять, что же нам есть. Как большинство американок, на момент переезда в Париж я имела довольно экстремальные пищевые пристрастия (вегетарианка, тяготеющая к диете

Аткинса[2]). Здесь же меня со всех сторон осаждают продукция пекарен и мясные блюда в меню. Какое-то время я сижу исключительно на омлетах и салатах с козьим сыром. Когда я прошу официантов подать соус к салату отдельно, они смотрят на меня как на ненормальную. И я не понимаю, почему во французских супермаркетах можно найти любые американские хлопья к завтраку, кроме моих любимых, с изюмом и орехами, и почему в кафе не подают обезжиренное молоко!

Знаю, неблагодарно с моей стороны не восторгаться Парижем. Но мне кажется, странно восхищаться городом только потому, что он такой красивый. Мне всегда нравились города менее идиллические — Сан-Паулу, Мехико, Нью-Йорк…

А район, в котором мы живем, не очень-то и красив. Повседневная жизнь полна маленьких разочарований. Наверное, «весне в Париже» все так радуются, потому что предшествующие ей семь месяцев здесь холодно и пасмурно. (А я приехала, как назло, в самом начале этого семимесячного отрезка.) Мне казалось, что я помню французский с восьмого класса, но парижане почему-то считают, что я говорю по-испански.

Мне многое нравится в Париже: например, двери вагонов метро открываются за несколько секунд до того, как поезд остановится, — то есть городские власти относятся к жителям как к ответственным взрослым людям. Также, к моей радости, за прошедшие с моего приезда полгода к нам в гости наведались почти все мои знакомые, включая тех, кого я отношу к категории «друзья с Фейсбука». Мы с Саймоном даже разработали строгую систему приема и рейтинговой оценки гостей: если приезжаешь на неделю, подарок хозяевам обязателен.

Меня не раздражает известная грубость парижан. Грубость предполагает хоть какое-то общение. Больше всего меня достает безразличие. Никому, кроме Саймона, нет до меня дела. А его часто не бывает дома — он реализует свою парижскую мечту. Она так проста, что до сих пор не разбилась при столкновении с реальностью. Насколько мне известно, Саймон не побывал ни в одном музее; он просто сидит с газетой в кафе, для него это сродни мистическому опыту. Однажды в ресторане по соседству он пришел в восторг, когда официант поставил перед ним сырную тарелку.

— Вот почему я живу в Париже! — заявил он.

Я тоже люблю сыр и люблю Саймона, а значит, смогу полюбить и Париж — хотя бы ради этой вонючей сырной тарелки.

Но, если честно, иногда мне кажется, что дело не в Париже — дело во мне. В Нью-Йорке как-то принято, чтобы у женщины был легкий невроз. Принято разыгрывать очаровательные

интеллектуальные драмы, как Мэг Райан в «Когда Гарри встретил Салли» и Дайан Китон в «Энни Холл». Хотя у моих нью-йоркских подруг нет серьезных проблем в жизни, кроме ссор с бойфрендами, они тратят на психотерапевтов больше, чем на аренду квартиры.

В Париже такой типаж выглядит более чем странно. Французы любят фильмы Вуди Аллена, однако среднестатистическая парижанка спокойна, скромна, слегка равнодушна и очень решительна. Она сама выбирает еду в ресторане и не распространяется о своих детских травмах и диете. Если символ Нью-Йорка — женщина, предающаяся воспоминаниям о прошлых неудачах и ищущая себя, спотыкаясь на каждом шагу, то парижанки не жалеют ни о чем, по крайней мере в открытую. Во Франции «невротик» — психический диагноз, а не полукомплимент, произнесенный с самоиронией.

Даже Саймона, британца, озадачивает моя неуверенность в себе и слишком частая потребность обсуждать наши отношения.

— О чем ты думаешь? — периодически спрашиваю я у него, обычно, когда он читает газету.

— О голландском футболе, — неизменно отвечает он.

Не могу сказать, серьезно он говорит или нет. Саймон почти никогда не бывает на сто процентов серьезен. Все, включая «я тебя люблю», произносит с легкой усмешкой. При этом он почти не смеется, даже когда я пытаюсь пошутить. (Кое-кто из его близких друзей даже не подозревает, что у него ямочки на щеках.) Саймон уверяет, что британцы редко улыбаются. Но мне не очень нравится, если наконец-то выдается шанс поговорить с кем-то по-английски, а этот «кто-то» меня не слушает.

Неспособность Саймона посмеяться углубляет культурную пропасть между нами. Я американка и люблю ясность. В поезде, по пути из Англии, куда мы ездили на выходные к родителям Саймона, спрашиваю его, понравилась ли я им.

— Конечно понравилась, ты что, не поняла?

— Они тебе это *сказали*? — не могла уняться я.

В поисках компании я готова носиться по городу, вслепую назначая встречи со знакомыми знакомых. Большинство из них, как и я, американцы, переехавшие в Париж. Мало кого из них приводила в восторг перспектива познакомиться с бестолковой «новенькой». Для кого-то жизнь в Париже стала своего рода работой, ответом на вопрос «Чем занимаетесь?». Многие приходили на встречи с опозданием, совсем как местные. (Позднее я узнала, что французы, как правило, не опаздывают на встречи тет-а-тет. Вот на групповые мероприятия, включая детские дни рождения — очень часто.)

Первые попытки завести друзей среди французов оказались еще менее успешными. Вот пример. На вечеринке знакомлюсь с одной девушкой, экспертом по истории искусств; она моего возраста и прекрасно говорит по-английски. Но когда мы встречаемся у нее дома, становится ясно, что у нас совершенно разные понятия о женской дружбе. Я готова следовать американской модели: откровенные признания и тенденция «зеркалить» («О, и у меня тоже так было…»). Но француженка вяло ковыряет пирожное и что-то там нудит о теории искусств. В результате я ушла голодной, так и не узнав, есть ли у нее парень.

Мне удалось найти сочувствие лишь у Эдмунда Уайта, американского писателя, жившего во Франции в 1980-е годы. Вернее, в его книге. Он первый признался, что депрессия и неприкаянность — вполне нормальные чувства для живущего в Париже. «Представьте, что вы умерли и попали в рай. Но в один прекрасный день (или век) вы вдруг понимаете, что испытываете только грусть, хоть вас постоянно убеждали, что счастье совсем рядом. То же самое чувствуешь, живя в Париже годами, десятилетиями. Это тихий ад, настолько уютный, что напоминает рай.»

Несмотря на все мои сомнения по поводу Парижа, у меня не было и нет колебаний в отношении Саймона. Я смирилась с его неряшливостью и научилась распознавать микровыражения его лица. Тень улыбки — значит, шутка ему понравилась. Редкая улыбка — высочайшая из похвал. Бывает, он даже говорит «смешно!» картонным голосом.

Меня радует, что у такого скупого на эмоции человека, как Саймон, множество старых и верных друзей. Возможно, секрет в том, что за ироничным фасадом кроется бестолковый обаяшка, который не умеет водить машину, надувать воздушные шарики и аккуратно складывать одежду, не помогая себе зубами. Он забивает холодильник консервами и готовит все при максимальной температуре, чтобы уж точно прожарилось. (Его приятели по колледжу признались, что Саймон прославился курицей, обугленной снаружи, но замороженной внутри.) Я научила его делать заправку для салата из оливкового масла и уксуса — он записал рецепт и достает его каждый раз, когда готовит ужин — даже спустя несколько лет!

У Саймона есть еще одно достоинство — во Франции его ничего не раздражает. Ему нравится быть иностранцем в чужой стране. Его родители — антропологи, в детстве он мотался по всему миру и с рождения привык находить лишь позитивное в местных обычаях. К десяти годам он успел пожить в шести

странах (в том числе год в США), а языки он учит с такой же легкостью, как я покупаю туфли.

И вот я решила, что ради Саймона дам Франции шанс. Мы справили свадьбу в пригороде Парижа, в замке тринадцатого века, окруженном рвом. (На символизм не обращаю внимания.) Во имя супружеской гармонии сняли квартиру побольше. Я купила в IKEA книжные полки и расставила во всех комнатах вазочки для монеток. Стремилась быть больше прагматиком, чем невротиком. В ресторанах мы старались заказывать по меню, в том числе фуа-гра. Мой французский все менее походил на превосходный испанский и все более на плохой французский. Вскоре я поняла, что почти обжилась: работаю дома, подписав контракт на книгу, сумела даже приобрести пару новых друзей.

Мы с Саймоном заводим разговор о детях. И он, и я хотим хотя бы одного. (Я вообще-то — троих.) Мне нравится перспектива родить в Париже: тогда дети без труда научатся двум языкам сразу и станут космополитами, не прикладывая никаких усилий. Даже если в школе их будут считать «ботанами», достаточно сказать: «Я вырос в Париже» — и ты крутой!

Волнуюсь, смогу ли забеременеть? Всю свою взрослую жизнь пыталась этого избежать, и весьма успешно. Понятия не имею, получится ли наоборот? Выходит все стремительно, в духе нашего с Саймоном романа. Буквально вчера я гуглила «как забеременеть» — и вот уже разглядываю две полоски на тесте.

Я в экстазе. Но к радости примешивается беспокойство. Моя решимость как можно меньше походить на Кэрри Брэдшоу из «Секса в большом городе» и больше — на Катрин Денёв терпит крах. Не самый подходящий момент, чтобы вести себя по-французски. У меня появляется навязчивая идея: я должна узнать все о беременности, чтобы она была идеальной.

Сообщаю Саймону хорошую новость и уже через пару часов сижу в Интернете на сайтах, посвященных беременности, а потом бегу покупать книжки для будущих мам в англоязычном магазине рядом с Лувром. Хочу, чтобы мне объяснили — на английском! — чего следует бояться.

Не прошло и нескольких дней, как я начала пить витамины, чуть ли не каждый час сверяясь с разделом «Безопасно ли это?» на сайте *Babycenter*. Безопасно ли беременным есть продукты, экологическая чистота которых не проверена? А сидеть целый день за компьютером? А носить каблуки, объедаться конфетами на Хэллоуин, ездить в отпуск в горы? От этого раздела невозможно оторваться, потому что чтение порождает новые и новые тревоги: безопасно ли пользоваться ксероксом? а глотать

сперму?.. Но при этом ни на один вопрос вы не получите однозначного «да» или «нет». Вместо этого эксперты либо спорят друг с другом, либо отвечают двусмысленно. Безопасно ли делать маникюр во время беременности? Да, но постоянное вдыхание паров растворителя вредно для здоровья. Безопасно ли играть в боулинг? И да, и нет…

Все мои знакомые верят, что беременность, а впоследствии и материнство прежде всего требуют основательной теоретической подготовки. Необходимо выбрать один из тысячи методов воспитания — тот самый, который вы будете исповедовать. С кем бы я ни обсуждала эту тему, у каждого находилась своя библия. Я купила все что могла. Но эти книги не помогли мне почувствовать себя более подготовленной. Напротив, в них оказалось столько противоречивой информации, что дело ухода за детьми показалось неразгаданной загадкой. Кто они такие, эти дети, и что им нужно? Ответ зависит от того, какую книгу вы читаете.

А еще мы, беременные, становимся экспертами по осложнениям. В Париж из Нью-Йорка приехала моя подруга (она на шестом месяце) и заявила, что существует вероятность — пять на тысячу, — что ее ребенок родится мертвым. О да, она понимает, что говорить об этом ужасно и бессмысленно, но ничего не может с собой поделать. Еще одна моя подруга, к несчастью, обремененная докторской степенью по медицине, весь первый триместр рассчитывала, насколько вероятно, что ее пока еще не родившийся ребенок подхватит какую-нибудь заразу.

Когда мы поехали в гости к родителям Саймона в Лондон (я все-таки решила проверить, действительно ли они меня обожают), до меня дошло, что британцы тоже заражены вирусом «беременно-материнской паранойи». Сижу я себе в кафе, и вдруг ко мне подходит прилично одетая женщина и докладывает о новом исследовании: мол, употребление кофеина в больших количествах увеличивает риск выкидыша. И чтобы доказать верность своих слов, она добавила, что ее муж врач. Мне было совершенно безразлично кто ее муж. В тот момент меня раздражало, что она, вероятно, думала, будто я не знаю о вреде кофеина. Еще как знаю, поэтому и пыталась ограничить себя одной чашкой в неделю.

Когда столько всего надо изучить, да еще поволноваться по разным поводам, беременность с каждым днем все больше становится похожа на полноценную работу. Книга, которую нужно было сдать до рождения малыша, оказалась заброшенной. Вместо нее я целыми днями просиживала в чатах с другими беременными, моими соотечественницами. Как и я, они привыкли

контролировать любую мелочь, вплоть до того, что кофе надо пить с соевым молоком вместо обычного. Им, как и мне, было не по себе от мысли, что мы не в силах управлять примитивным процессом, который сейчас происходит у нас в организме, уравнивая нас с остальными млекопитающими. Беспокойство сродни привычке хвататься за подлокотники кресла во время турбулентности — иллюзия, что мы еще в силах что-то контролировать!

Книги для беременных, издаваемые в Америке, стимулируют эту паранойю. В основном они посвящены тому, что каждой беременной женщине уж точно под силу контролировать, — еде. «Поднося вилку ко рту, задумайтесь: пойдет ли этот кусок на пользу вашему малышу? Если ответ „Да“, спокойно ешьте», — поучают авторы параноидальной (и очень популярной) инструкции для беременных «Чего ждать, когда ждешь ребенка».

Я в курсе, что не все запреты из книг одинаково важно соблюдать. Да, сигареты и алкоголь — однозначно плохо, но вот морепродукты, мясные деликатесы, сырые яйца и сыры из непастеризованного молока опасны лишь, если заражены листерией и сальмонеллой. Однако все эти запреты мною свято соблюдаются. На всякий случай. С устрицами и фуа-гра это несложно, но сырный вопрос стоит особенно остро.

— Пармезан, которым посыпаны макароны, из пастеризованного молока? — спрашиваю официанта, повергая его в ступор.

Всю тяжесть моей паранойи испытывает на себе Саймон. Хорошо ли он вымыл доску после разделки курицы? Или ему плевать на нашего еще не родившегося малыша?

«Чего ждать…» рассказывает о «диете для беременных», которая, по утверждению авторов, способна «улучшить развитие мозга у плода», «снизить риск врожденных пороков» и «увеличить шансы ребенка вырасти здоровым». Каждому продукту соответствует определенное количество баллов. Голод — не проблема: если в конце дня вам захочется чего-нибудь сытного, авторы не запрещают съесть порцию салата с вареным яйцом.

Признаться, я купилась на слово «диета». Всю жизнь я сидела на диете, чтобы сбросить вес, и теперь так захватывающе сидеть на диете, чтобы *набрать вес!* Настоящая награда за все прошлые годы… В онлайн — форумах полно женщин, набравших по двадцать, двадцать пять килограммов выше нормы. Разумеется, всем нам хотелось бы походить на беременных звезд с компактными животиками, обтянутыми дизайнерскими вечерними платьями, или моделей с обложки *Shape-mother*. Некоторым из моих знакомых это даже удавалось. Но общий

посыл для американских мамочек таков: ни в чем себе не отказывать. «Не стесняйтесь, ешьте, — призывают авторы „Энциклопедии беременности“, которую я стала брать с собой в кровать. — Какие еще радости в жизни беременной женщины?»

Что характерно, спецдиета для беременных допускает периодические поблажки в виде чизбургера из «Макдоналдса» или пончика с глазурью. Вообще говоря, беременность по американским понятиям — одна большая поблажка. Список продуктов, на которые особенно тянет во время беременности, похож на перечисление всего, в чем женщины отказывают себе с тринадцати лет: чизкейки, молочные коктейли, макароны с сыром, сливочное мороженое… Мне же хочется поливать все лимонным соком и есть целиком батоны.

Кто-то — не помню кто — рассказывал, что Джейн Биркин, британская актриса и модель, добившаяся успеха в Париже, жена легендарного Сержа Гензбура, никак не могла запомнить, как правильно попросить в булочной один багет — *un baguette* или *une baguette* — поэтому всегда заказывала *deux baguettes* — два багета. Не знаю, правда ли это, но действую так же. И дома съедаю *deux baguettes* — тростинка Биркин такого себе никогда бы не позволила.

Но дело не только в фигуре. Куда делся человек, некогда беспокоившийся о судьбе бездомных палестинцев? Теперь все мое время посвящено изучению последних моделей колясок и запоминанию возможных причин колик. Эволюция от *женщины* к *мамочке* неизбежна. На развороте журнала для беременных красуются модели с огромными животами, в широких рубахах и штанах, похожих на мужские пижамные, — и все это снабжено подписью: «В этом наряде вы можете ходить куда угодно». Видимо, понимая, что я никогда уже не закончу свою несчастную книгу, начинаю мечтать о том, чтобы бросить журналистику и стать акушеркой.

Сексуальная жизнь — последняя упавшая костяшка пресловутой змейки домино. Хотя технически секс не запрещен, книги вроде «Чего ждать…» предупреждают, что во время беременности заниматься им опасно. «То, из-за чего вы, собственно, оказались в таком положении, теперь становится вашей главной проблемой», — огорчают читательниц авторы. И перечисляют восемнадцать пунктов, мешающих полноценной интимной жизни, включая «страх занести инфекцию при введении пениса во влагалище». Тем же, кто находит интимный процесс не слишком приятным, авторы предлагают совместить неприятное с полезным и делать во время секса упражнения Кегеля, готовя тем самым родовые пути к главному событию.

Не уверена, что кто-то следует всем этим советам. Книги для беременных, скорее, нужны для того, чтобы внушить нам, беременным, что вести себя полагается соответственно. И хотя я за границей, внушение действует.

Я начинаю подозревать, что растить ребенка во Франции и в США — две разные вещи. Сидя в кафе в Париже и упираясь животом в стол, я обнаруживаю, что никто не бросается ко мне, чтобы предупредить о вреде кофеина. Напротив, в шаге от меня люди спокойно закуривают. Незнакомые, увидев мой живот, могут лишь спросить: — «Вы ждете ребенка?»

Я не сразу понимаю, что речь идет не о каком-то малыше, который опаздывает к обеду, они имеют в виду «Вы *беременны!*».

Итак, я жду ребенка. Это, пожалуй, самое важное в моей жизни, то, чего еще никогда не было. И несмотря на все мои претензии к Парижу, хорошо быть беременной в городе, где мне нет никакого дела до чужого мнения.

Когда я готовилась к переезду в Париж, я не думала, что это навсегда. Теперь начинаю беспокоиться, что Саймону слишком уж нравится быть иностранцем в чужой стране. Он повидал столько стран, что для него это естественное состояние. Однажды он признался, что чувствует себя как дома среди людей любой национальности, в любом городе, не испытывает желания обустраиваться в каком-то определенном месте.

Как говорится, все свое ношу с собой.

Несколько наших англоговорящих друзей уже уехали из Франции, поменяв работу. Но наша работа позволяет жить где угодно. По большому смету, у нас нет причин покидать Париж. «Нет причин», да еще ребенок — мне это кажется веской причиной.

ГЛАВА 2
Роды по-парижски

Район, где мы теперь живем, не похож на Париж с открытки. Дом стоит на узком тротуаре, недалеко от китайского рынка — вокруг снуют люди с огромными сумками, набитыми дешевыми шмотками. Никаких признаков, что это тот город, где находятся Эйфелева башня, Нотр-Дам, течет изящная извилистая Сена.

Но нам почему-то нравится. Мы с Саймоном находим неподалеку любимые кафе — каждый свое — и ходим туда по утрам, чтобы побыть в одиночестве.

Общение в парижских кафе регулируется непривычными для меня правилами: здесь можно поболтать с барменом, однако не приветствуется заводить разговоры с другими посетителями. А я, хоть и иностранка, нуждаюсь в человеческом общении. Однажды утром пытаюсь завести разговор с мужчиной за соседним столиком, которого несколько месяцев вижу здесь каждый день. Говорю ему, что он похож на одного моего знакомого из Штатов, — это действительно так.

— На Джорджа Клуни? — ехидно отвечает он. Больше я с ним не заговаривала.

С нашими новыми соседями общение складывается получше. С запруженного тротуара у нашего дома можно попасть в дворик, мощеный брусчаткой, в котором окна многоквартирных и одноэтажных частных домов смотрят друг на друга. Здесь живут художники и прочая творческая богема, молодые профессионалы — вроде безработные, но как-то сводят концы с концами. А еще старушки, нетвердо ступающие по мостовой. Мы живем так близко друг от друга, что они не могут не заметить нашего присутствия рядом. Хотя некоторые все же умудряются.

К счастью, моя соседка Анна, архитектор, тоже беременна — срок у нее на пару месяцев меньше моего. И вот я, все еще страдающая паранойей из-за каждого съеденного кусочка, невольно стала замечать, что она и другие беременные француженки относятся к своему положению совсем иначе.

А именно: беременность для них вовсе не повод перелопатить весь Интернет, посвятив себя серьезной исследовательской работе. Да, во Франции полно книг о беременности и уходу за детьми, журналов и сайтов. Но читать их вовсе не обязательно, никто не занимается этим круглыми сутками. Ни одна из моих знакомых француженок не морочит себе голову выбором подходящего метода воспитания — они даже не знают их

названий! Не существует и книг, прочесть которые считается обязательным, да и авторов книг для беременных никто не считает непререкаемым авторитетом.

— Эти книги могут пригодиться людям, которые не очень уверены в своих силах, но ребенка по книгам не вырастишь! Тут нужно не знать, а чувствовать, — решительно заявляет одна мама-парижанка.

Конечно, не все мои знакомые француженки относятся к роли будущей мамы с полной невозмутимостью. Их тоже тревожит эта роль, и они понимают, какие глобальные жизненные изменения им предстоят. Но при этом француженки реагируют на свои переживания иначе. Будущие мамочки из других стран часто демонстрируют, что многим готовы пожертвовать во время беременности, а француженки излучают спокойствие и гордятся тем, что не намерены отказывать себе в удовольствиях.

Разглядываю разворот в журнале «Девять месяцев» *(Neuf Mois):* женщина на последних сроках беременности в кружевном белье, лакомясь пирожными, слизывает с пальчика джем. «Во время беременности почувствуйте себя настоящей женщиной, — говорится в другой статье. — Нет ничего хуже, чем ходить в мужниных рубашках, как бы вам этого ни хотелось!» Рядом — список афродизиаков для будущих мам: шоколад, имбирь, корица и, поскольку мы во Франции, горчица.

Француженки воспринимают эти призывы всерьез. Я понимаю это, побывав у Самии — мамочки, живущей по соседству. Дочь алжирских эмигрантов, она выросла в Шартре. Я восхищенно разглядываю высокие потолки и люстры, а она тем временем берет пачку фотографий с камина.

— На этой я беременна, и на этой. *Et voila,* смотри, какой огромный живот! — она протягивает мне несколько снимков.

И правда, на фото она совсем на сносях. А еще совсем голая. Я в шоке — ведь мы с ней едва перешли на «ты», а она уже демонстрирует мне свои фото ню. Но не могу не признать — фотографии шикарные. Самия похожа на одну из тех моделей в кружевном белье из журнала — только без белья.

Справедливости ради скажу, что такая экстравагантность ей свойственна. Даже свою двухлетку она отводит в садик при полном параде — ни дать, ни взять, роковая красотка из фильмов *нуар:* бежевый плащ, туго затянутый на талии, черная подводка и свежий слой блестящей красной помады. А еще она единственная среди моих знакомых француженок, кто действительно *носит берет.*

Самия без возражений восприняла общепринятое во Франции мнение: женщина не перестает быть женщиной после 40-

недельного превращения в мамочку. Французские журналы для беременных не только не запрещают будущим мамам заниматься сексом, они объясняют, как это делать. В «Девяти месяцах», к примеру, перечислены десять различных поз, в том числе «наездница», «наездница задом наперед», «гончая» («Настоящая классика!» — гласит комментарий) и «стул». А как вам описание позы «гребца»? Выполняется в несколько этапов: «Раскачиваясь вперед-назад, мадам достигает приятнейших ощущений…»

В «Девяти месяцах» обсуждаются даже преимущества и недостатки различных сексуальных игрушек для беременных («шарики гейши» — безусловное «да», но вибраторам и прочим электроприборам — категоричное «нет»). «Даже не сомневайтесь! От занятий сексом выигрывают все, в том числе ребенок. Во время оргазма возникает „эффект джакузи“, ваш малыш словно лежит в гидромассажной ванне». И еще. Со страниц журнала опытный папочка из Парижа советует моему мужу не присутствовать во время родов, чтобы сохранить мою «женскую загадочность».

Будущие родители во Франции гораздо спокойнее относятся не только к сексу, но и к вопросам питания. Пересказанные Самией разговоры с ее гинекологом напоминают диалоги из водевиля:

— Я говорю: «Доктор, я беременна, но просто обожаю устрицы. Что мне делать?» И знаешь, что она отвечает? — «Ешьте устрицы! Вы же разумный человек. Просто тщательно их мойте. А суши ешьте в проверенном месте».

Существует стереотип, будто француженки во время беременности и пьют, и курят, но он безнадежно устарел. Большинство моих знакомых признаются, что лишь изредка выпивают бокал шампанского или не пьют вообще. Однажды на улице я увидела курящую женщину с животом — но, скорее всего, это была ее единственная за месяц сигарета.

Суть отношения француженок к беременности не в том, что все дозволено. Суть в том, что важнее всего спокойствие и здравый смысл. В отличие от меня французские мамочки проводят грань между явно вредной пищей и той, что опасна лишь если заражена. Моя соседка Каролин, физиотерапевт, на седьмом месяце беременности сообщила, что ее врач вообще не заикался о каких-либо ограничениях в еде. А сама она и не спрашивала.

— Меньше знаешь — крепче спишь! — говорит Каролин и признается, что иногда позволяет себе «стейк тартар» и, конечно же, не отказывается от семейного фуа-гра на Рождество. Каролин соблюдает лишь одну предосторожность: перед тем как съесть

сыр из непастеризованного молока, срезает корочку.

Французские журналы для беременных не зациклены на том, что может случиться в худшем случае, а напротив, не устают повторять: для будущей мамы главное — безмятежность. «Девять месяцев SPA» — такой заголовок я увидела в одном из журналов. «Гид для будущих мам», бесплатная брошюрка французского Минздрава, предлагает ряд советов по питанию, способствующих «гармоничному росту» малыша, а также рекомендует беременным «наслаждаться разнообразием вкусов». «Беременность — самое счастливое время!» — заявляют авторы пособия.

Безопасны ли эти рекомендации? Похоже, да. Франция практически по всем пунктам обходит другие страны по части материнского и младенческого здоровья. Если сравнивать с США, уровень детской смертности здесь ниже почти на 57 %. По данным ЮНИСЕФ, примерно у 6,6 % французских детей при рождении наблюдается недостаточная масса тела, в США — у 8 %, а в других странах, насколько я знаю, процент еще больше. Риск смерти во время беременности или родов для француженок равен 1 к 6900[3].

Однако в том, что беременность должна быть в радость, меня окончательно убеждает не статистика и не беседы с будущими мамочками, а… беременная кошка. Стройная сероглазая кошечка, которая живет в нашем дворе и скоро должна родить. Ее владелица, красивая художница лет сорока, говорит, что после рождения котят планирует стерилизовать свою любимицу. Но ей хочется, чтобы кошка родила хоть раз: *«Нельзя лишать ее этого опыта».*

Французские будущие мамочки не только спокойнее американских. Они еще и стройнее — как та кошечка. Да, безусловно, некоторые француженки во время беременности толстеют. В целом, чем дальше от Парижа, тем больше набравших вес беременных. Что касается парижанок из среднего класса, они выглядят не хуже голливудских звезд на красной ковровой дорожке (что удручает, конечно). Они словно мячик проглотили и похожи на лимон на тоненьких ножках с тонкими ручками и стройными бедрами. А со спины и вовсе не скажешь, что они в положении. И хотя таких беременных во Франции много, я все равно разеваю рот, встречая одну из них на улице или в супермаркете. Прибавка в весе во Франции строго нормирована: в то время как американские расчеты сообщают, что при моем росте и исходном весе я должна набрать не больше шестнадцати килограммов, французские утверждают — не более двенадцати, и точка. (Правда, узнала я об этом, когда поезд уже ушел.)

Как же француженкам удается не выходить за эти пределы?

Тут помогает давление общества. Подруги, сестры и свекрови в открытую твердят: беременность — не повод набрасываться на еду. (Мне удается избежать этой печальной участи, так как родители моего мужа — не французы.)

Одри, французская журналистка и мать троих детей, рассказывает, как отчитала свою немецкую свояченицу — до беременности та была высокой и стройной.

— Но уже в начале беременности ее так разнесло! Я увидела ее и в лицо заявила: это кошмар! А она: «Да нет, мол, все в порядке, я имею право расслабиться! Что тут такого?»

И, якобы в качестве результата наблюдений, а на самом деле чтобы похвастаться, Одри добавила:

— Я заметила, что американок и женщин из других стран Европы гораздо меньше заботит их внешний вид, чем нас, француженок!

Во Франции считается само собой разумеющимся, что беременные женщины обязаны бороться за фигуру. Вот моя педикюрша, к примеру: делает мне педикюр и по ходу дела сообщает, что мне нужно мазать живот миндальным маслом, чтобы не появились растяжки. (Послушно следую ее совету, в результате — ни одной растяжки.) Журналы для будущих родителей помещают на своих страницах целые трактаты о том, как минимизировать возможный ущерб для груди во время беременности: не слишком полнеть и ежедневно массировать грудь струей холодной воды из душа.

Для французских акушеров-гинекологов слишком большая прибавка в весе сродни нарушению библейской заповеди. Иностранки, живущие в Париже, приходят в шок, когда французские врачи начинают ругать их за превышение нормы.

— Французы просто не хотят, чтобы их женщины толстели, — возмущенно сказала одна моя знакомая англичанка (она замужем за французом), вспоминая визит к парижскому гинекологу.

Даже педиатры на плановом осмотре малыша после родов не стесняются отпустить пару комментариев, если мать не успевает привести живот в норму. (Наш детский врач лишь тревожно покосился на мой живот.)

Но главная причина, по которой француженки не слишком толстеют, заключается в том, что они *не переедают*. Во французских энциклопедиях для беременных вы не встретите никаких салатов с яйцом на ночь или рекомендаций есть вволю, чтобы обеспечить малышу все питательные вещества. Нет, женщины в положении должны питаться так же сбалансированно, как и обычные взрослые люди. В одной книге говорится, что если женщина испытывает голод, то может перекусить «одной шестой

частью багета», кусочком сыра или просто выпить стакан воды.

По мнению французов, если беременной женщине хочется «чего-то эдакого», это недопустимое баловство. Француженки не занимаются самообманом, придумывая, что малышу в утробе «захотелось чизкейка». «Энциклопедия будущих мам» призывает не поддаваться пищевым капризам, а отвлекаться от них, съев яблоко или сырую морковку. Но при этом диета француженок не так строга, как может показаться. Француженки не воспринимают беременность как зеленый свет обжорству отчасти потому, что не отказывают себе в любимых блюдах. Но и не лакомятся ими тайком.

«Американки часто объедаются втихую и в результате испытывают лишь угрызения совести, а не удовольствие, — пишет Мирей Гильяно в полной точных наблюдений книге „Почему француженки не толстеют“. — Притворяясь, что вкусной еды не существует, и пытаясь полностью исключить вкусности из рациона, вы лишь наберете вес.»

Главная проблема моих англоговорящих знакомых — как рожать. В Риме знакомлюсь с американкой, которая родила в гигантской винной бочке (правда, наполненной водой, а не Пино Гриджио). Моя подруга из Майами прочла в книжке, что родовая боль — не более чем культурный миф, и, научившись дыханию по системе йогов, использовала его, рожая своих близнецов, как единственное обезболивающее.

Надо признать, что и роды мы, американки, пытаемся максимально контролировать. Мой акушер-гинеколог признался, что одна его пациентка представила ему «план родов» на четырех страницах. Среди прочих требований там был пункт «Послеродовой массаж клитора» — мол, сокращения матки при оргазме способствуют выходу плаценты. Согласно тому же плану на родах должны были присутствовать родители роженицы.

— Я тогда сказал: ну уж нет, вы хотите, чтобы меня арестовали? — возмущенно рассказывал он.

Во всех этих разговорах о родах никто почему-то не упоминает о том, что по рейтингам ВОЗ система здравоохранения Франции занимает одно из первых мест. Но дело не в системе здравоохранения — иностранки жалуются на то, что французские врачи применяют слишком много лекарств и враждебно относятся к естественным методам. Мои подруги боятся, что французские врачи станут стимулировать роды, заставят делать эпидуралку, и тайком будут докармливать новорожденных смесью, если сразу кормить грудью не получится. Мы все читали разные издания, где в подробностях расписаны возможные риски

эпидуральной анестезии. Те, кому удалось родить «естественно», пыжатся от гордости, как героини.

Действительно: несмотря на то, что Франция — родина доктора Фернана Ламаза, разработавшего программу психологической подготовки семейных пар к естественным родам, эпидуральная анестезия здесь очень распространена. В лучших клиниках и роддомах Парижа ее делают примерно 87 % женщин (не считая роды посредством кесарева сечения). В отдельных клиниках это число достигает 98 и даже 99 %. Однако это, кажется, никого не пугает. Мамочки-француженки часто спрашивают меня, где я буду рожать, но никогда — *как.* Им как будто все равно. Способ родоразрешения не влияет на то, хорошая из тебя получится мать или плохая. Для француженок роды — не что иное, как путь безопасного попадания малыша из матки в мамины объятия. И роды без эпидуралльной анестезии во Франции никто не называет естественными — их называют родами без анестезии *(accouchement sans péridurale*). В некоторых французских роддомах можно найти и джакузи для родов, и большие резиновые мячи, которые роженицам так приятно обнимать. Однако француженки ими почти не пользуются. Роды без анестезии в парижских клиниках (1,2 %) — это или ненормальные американки вроде меня, или француженки, не добравшиеся до роддома вовремя.

Есть у меня знакомая француженка Элен — самая что ни на есть фанатка естественности. Водит своих троих детей в походы, всех кормила грудью до двух с лишним лет. И всех рожала с эпидуралкой. И не видит в этом никакого противоречия. Просто иногда, по ее мнению, надо отдать дань естественности, а иногда — принять лошадиную дозу наркоза.

Разница между французским и иным подходами становится особенно очевидной, когда через общих друзей мы знакомимся с Дженнифер и Эриком. Она — американка, работает в Париже в международной компании. Он — француз, сотрудник рекламного агентства. Живут в окрестностях Парижа с двумя дочерьми. Когда Дженнифер впервые забеременела, Эрик предполагал, что сейчас они найдут врача, выберут роддом и спокойно себе родят. Но нет: Дженнифер притащила домой огромную стопку фолиантов по беременности и заставила мужа проштудировать их вместе с ней.

Он до сих пор в ступоре от ее желания расписать роды до каждой секунды.

— Она хотела рожать на надувном шаре или в ванне, — вспоминает он. — Доктор сказал: «Девушка, вам тут не цирк и не зоопарк. Будете рожать, как все, на спине с раздвинутыми ногами.

Почему? Потому что тогда я смогу помочь, если возникнет проблема».

А еще Дженнифер хотела рожать без обезболивания, чтобы прочувствовать, что такое настоящие роды.

— В жизни не слышал, чтобы женщина мечтала помучиться, чтобы родить ребенка, — заявил на это Эрик.

История Дженнифер и Эрика запомнилась мне благодаря круассану. Я до сих пор вспоминаю ее как «историю про круассан».

Когда у Дженнифер начались схватки, стало ясно, что все ее «родовые планы» летят коту под хвост: понадобилось кесарево. Врач отправил Эрика в приемную. Дженнифер тем временем родила здоровенькую девочку. Позже, в послеоперационной палате, Эрик обмолвился, что недавно съел круассан. С тех пор прошло три года, но у Дженнифер каждый раз при упоминании *того* круассана закипает кровь.

— Получается, он вообще не присутствовал при родах! А пошел на улицу купить себе круассан! Меня везут в операционную, а Эрик тем временем выходит из клиники, идет по улице, заходит в булочную, возвращается и спокойненько ест свой круассан!

Дженнифер планировала другой сценарий:

— Мой муж должен был сидеть за стенкой, грызть ногти и мучиться: ну кто же там, мальчик или девочка? В приемной, между прочим, был автомат с едой, — добавляет она. — Мог бы купить пакетик орешков.

Излагая свою версию этой истории, Эрик тоже злится. Ну да, автомат был.

— Но я так распереживался, что мне нужно было съесть что-то сладкое. А за углом я точно видел кондитерскую, правда, потом оказалось, что она чуть дальше, чем я думал. Но Дженнифер же увезли в семь! На подготовку и прочее нужен час, это я знал, а в итоге все закончилось вообще в одиннадцать. А я всего на пятнадцать минут вышел за круассаном!

Сперва я воспринимаю эту историю как классическую иллюстрацию принципа «мужчина с Марса, женщина с Венеры». Но потом понимаю, что тут дело в разнице восприятия. Для Дженнифер эгоистичный поход за круассаном означает, что Эрик не готов пренебречь личным комфортом ради семьи и новорожденного малыша. Она переживала, что он недостаточно проникся родительскими обязанностями.

А для Эрика эта история говорит совсем об ином. Ему казалось, что он принимал в родах полноценное участие, что вел себя как ответственный папаша. Но при этом он был спокоен, не

зацикливался и не забывал о личных интересах, что и заставило его сбегать в кондитерскую. Да, он хотел быть отцом, но еще он хотел круассан.

— Мне иногда кажется, что вы, американцы, считаете, — если что-то дается слишком легко, — это плохо, — резюмирует он.

Хотелось бы думать, что я отношусь к тому типу женщин, которых не смутит поход за круассаном (а Саймон — к тому типу мужчин, который догадался бы спрятать крошки). Но я тоже составляю план родов (правда, без массажа клитора) с просьбой не допускать ни при каких обстоятельствах, чтобы Саймон перерезал пуповину. Поскольку я ору даже во время восковой эпиляции, естественные роды, пожалуй, не лучшая идея. Пусть родовая боль — культурный миф, меня это не слишком успокаивает.

Гораздо больше я боюсь не успеть в клинику вовремя. По совету подруги я выбрала клинику на другом конце города. Теперь, если ребенок решит появиться на свет в час пик, нам грозят неприятности.

Это в том случае, если я смогу вызвать такси.

Среди американок в Париже ходят слухи, что французские таксисты отказываются принимать вызов, узнав, что женщина собирается рожать, — боятся, что придется потом соскребать плаценту с заднего сиденья (а поскольку мы все тут временно, своих машин у нас нет). Да и роды на заднем сиденье меня не очень прельщают по ряду причин. Саймон же боится даже читать инструкцию для начавших рожать самостоятельно в моей энциклопедии.

Схватки начинаются в восемь вечера. Я даже не успеваю доесть горячую тайскую еду, которую только что принесли нам на дом. (О тайской кухне я буду мечтать потом, лежа на больничной койке.) Но, слава богу, хотя бы нет пробок. Саймон вызывает такси, я сажусь в него и помалкиваю. Пусть водитель — усатый мужчина лет пятидесяти — сам догадается, если ему надо.

Оказывается, зря я волновалась. Стоит нам отъехать от дома, водитель, услышав, как я попискиваю на заднем сиденье, приходит в восторг. Мол, он всю свою жизнь и таксистскую карьеру мечтал о таком, думал, это случается только в кино. Мы колесим по Парижу в темноте, я отстегиваю ремень безопасности и сползаю на пол, постанывая от боли, которая все нарастает. Нет, это вам не эпиляция! Мои фантазии о естественных родах окончательно разбиваются. Саймон открывает окна — чтобы впустить кислород или заглушить мои стенания? Тем временем

таксист прибавляет скорость; над головой проносятся огни уличных фонарей. Он громко пересказывает историю рождения собственного сына, которому сейчас двадцать пять.

— Пожалуйста, помедленнее! — кричу я с пола в промежутках между схватками.

Саймон молчит, он бледен и смотрит прямо перед собой в одну точку.

— О чем ты думаешь? — спрашиваю я его.

— О голландском футболе, — отвечает мой муж.

Подъезжаем к больнице, таксист останавливается

у отделения скорой помощи, выпрыгивает из машины и бежит внутрь. Кажется, он собирается присутствовать при родах. Через несколько секунд он возвращается — весь потный, запыхавшийся:

— Они вас ждут!

Бегу в здание больницы, оставив Саймона расплачиваться и уговаривать таксиста, чтобы тот уехал. Только завидев акушерку, на чистейшем французском выдаю:

— *Je voudrais une péridurale!* (Сделайте мне анестезию!)

Будь у меня с собой пачка денег, помахала бы у нее

перед носом. Но, оказывается, несмотря на пристрастие французов к эпидуральнои анестезии, ее не делают просто так, по требованию. Акушерка ведет меня в смотровую, проверяет раскрытие, затем с озадаченной улыбкой поднимает глаза. Раскрытие всего три сантиметра из возможных десяти.

— Обычно никто так рано эпидурал не просит, — говорит она.

Ради такого она не станет даже отрывать анестезиолога от ужина — он ест тайскую еду.

Акушерка заводит самую спокойную музыку, которую мне только доводилось слышать в жизни (что-то вроде тибетской колыбельной), и ставит капельницу с обезболивающим. Наконец, совершенно без сил, я засыпаю.

Избавлю вас от подробного описания своих родов, которые прошли с применением максимума возможных медикаментов и в целом были очень приятными. Благодаря эпидуралу на потугах я достигла полной концентрации, как на занятиях йогой, и не чувствовала никакого дискомфорта. Я была так сосредоточена, что даже не обратила внимания, когда в родовую зашла дочка акушерки, — оказалось, они живут за утлом — и попросила маму дать ей денег.

Мои анестезиолог, акушерка и врач — все женщины. Саймон тоже присутствовал, хоть стоял не с «принимающего конца».

Малышка родилась вместе с восходом солнца.

Я читала, что дети при рождении неспроста очень похожи на отцов. Якобы так предусмотрено природой (высшими силами), чтобы у папаш не оставалось сомнений в том, что это их ребенок, и тут же появилась мотивация идти добывать мамонта (или делать банковские инвестиции) для возросшего семейства. Но когда рождается моя дочь, я понимаю, что она не просто похожа на Саймона — она его копия.

Мы обнимаемся. Потом ее одевают в наряд в стиле «минималистический шик», предоставленный больницей, и даже напяливают шапочку. Позже мы дали дочери нормальное имя, но до сих пор чаще всего зовем ее просто Бин.

В больнице я провожу шесть дней — обычный для Франции срок. И выписываться, если честно, не хочется. С каждым приемом пищи нам приносят свежевыпеченный хлеб (нет нужды выбегать в булочную за круассаном). Я тайком выхожу гулять в солнечный садик. В палате у нас лежит винная карта, можно заказать шампанское. На третий день придумываю шутку и все время повторяю ее Бин:

— Ты не вчера родилась!

Саймон даже не притворяется, что ему смешно.

Словно в подтверждение того, что во Франции существуют универсальные для всех родителей принципы, каждого малыша в роддоме снабжают «инструкцией по эксплуатации». Выдается книжечка в мягкой обложке *(carnet de santé)*, которая остается у ребенка до восемнадцати лет. Все осмотры, все прививки врач записывает в эту книжечку, как и данные о росте, весе и окружности головы ребенка. В ней также содержится базовая информация по уходу: как кормить, как купать, когда приходить на осмотры к педиатру, как распознать болезни.

Однако эта книжечка не способна подготовить меня к тому, как быстро меняется Бин. Весь первый месяц она все еще похожа на Саймона — темно-каштановые волосы, карие глаза. У нее даже ямочки на щеках, как у него. Это у меня возникают сомнения в том, что она моя дочь! Похоже, мои светловолосые светлоглазые гены убиты наповал его смуглыми средиземноморскими. Зато когда малышке исполняется два месяца, с ней происходит метаморфоза. Волосы светлеют, а карие глаза удивительным образом становятся голубыми! Наша маленькая средиземноморская крошка вдруг превращается в форменную скандинавочку.

Гражданство у Бин американское (хотя она может запросить и французское, когда подрастет). Но я подозреваю, что уже через

несколько месяцев наша дочь начнет говорить по-французски лучше меня. И я не уверена, кого нам воспитывать: маленькую американку или француженку? Хотя, возможно, у нас нет выбора.

ГЛАВА 3
У нас появляется ночь

Через пару недель после того, как мы с Бин возвращаемся домой, соседи по двору начинают спрашивать: «У нее есть ночь?» (*Elle fait ses nuits*?) Именно тогда я впервые услышала это французское выражение, которое означает: спит ли ребенок по ночам. Сначала эти расспросы меня успокаивали: раз все об этом спрашивают, значит, ночной сон — это не миф, а реальность. Вот если бы не спрашивали, было бы хуже.

Но вскоре этот вопрос стал меня раздражать. Ну разумеется, у нее нет ночи! Ей же всего два месяца (а через месяц будет *всего* три месяца, а через два — *всего* четыре месяца и т. д.)! Все знают, что маленькие дети плохо спят. У меня, правда, есть пара друзей, чьи дети, по счастливому стечению обстоятельств, засыпают в девять вечера и спят до семи утра, но все же большинству моих знакомых не удавалось поспать всю ночь без перерыва до тех пор, пока детям не исполнится год. С другой стороны, я знаю и четырехлеток, которые все еще прорываются по ночам в родительскую спальню.

Мои родственники и друзья (нефранцузы) в курсе этой проблемы, поэтому спрашивают более деликатно: «Как она спит?» Причем никому на самом деле не интересно, как спит моя Бин. Этот вопрос — всего лишь повод для измученных родителей выплеснуть раздражение.

У многих родителей слово «ребенок» ассоциируется со словом «недосып». Заголовок в британской «Дейли Мейл»: «В первые два года жизни малыша родители недосыпают в общей сложности ШЕСТЬ МЕСЯЦЕВ». Исследование провела компания по производству кроватей. И многие, я думаю, поняли, о чем речь. «Увы, это правда, — подтвердил один из опрошенных. — Наша годовалая дочь за целый год ни разу не уснула на всю ночь. Ни разу! А мы спим в лучшем случае по четыре часа».

Опрос, проведенный в США Национальным фондом изучения сна, показал, что 46 % детей до двух лет просыпаются по ночам, но лишь 11 % родителей считают, что у их детей есть проблемы со сном. Однажды в Форт-Лодердейле я видела малыша в футболке с надписью: «Все на вечеринку! Место — моя кроватка, время — 3.00».

Большинство моих друзей считает, что у их детей просто индивидуальный режим сна и его необходимо уважать. Один раз я гуляла по Парижу со своей подругой-англичанкой, и вдруг ее

годовалый малыш стал проситься на руки, полез ей под блузку, нашел грудь и тут же заснул. Подруге было явно неловко, что я стала свидетелем этого ритуала, но она шепотом сообщила, что ее сын может уснуть только так и никак иначе. Следующие сорок пять минут она не меняла позу.

Мы с Саймоном, разумеется, выбрали собственную стратегию налаживания режима сна. Она состояла в том, что ребенок не должен засыпать после кормления. И после рождения Бин мы из кожи вон лезли, стараясь обеспечить соблюдение этого правила.

Безрезультатно.

Мы отказались от этой теории и стали пробовать другие. Например, днем Бин всегда находилась при дневном свете, а ночью — в темноте. Мы купали ее в одно и то же время вечером, пытались увеличить промежутки между кормлениями. Услышав от кого-то, что жирная пища повышает жирность молока, я несколько дней питалась одними крекерами с бри. Подруга из Нью-Йорка, приехавшая к нам в гости, присоветовала имитировать звуки, которые ребенок слышит в чреве матери. Мы часами старательно «имитировали утробу».

Безрезультатно.

Бин три месяца, и она по-прежнему просыпается несколько раз за ночь. За этим следует продолжительный ритуал, в ходе которого я кормлю ее, чтобы она уснула, затем минут пятнадцать держу на руках, чтобы она не проснулась, и укладываю обратно в кроватку.

Привычка Саймона все планировать вдруг оказывается проклятием: теперь у него каждый вечер депрессия, и он уверен, что так будет всегда. Мой же принцип «живи одним днем» — как дар свыше: я не думаю о том, что этот кошмар продлится еще полгода (хотя так и будет), мне достаточно пережить следующую ночь.

Больше всего меня утешает то, что мои проблемы не были такой уж неожиданностью. Ведь родители новорожденных и не должны спать по ночам, так? Почти все мои знакомые утверждают, что их дети привыкли спать всю ночь месяцам к восьми-девяти, а то и позже.

— Наш быстро начал засыпать, — гордо сообщил друг Саймона из Вермонта, уточнив у жены, когда их чадо перестало будить родителей в три часа ночи. — Кажется, в год!

Кристин, адвокат из Англии, как и мы, живущая в Париже, говорит, что ее дочка, которой год и четыре, спит всю ночь, но потом добавляет:

— Ну, если честно, она, конечно, раза два просыпается… но

всего на пять минут!

Меня успокаивает, когда я слышу, что у некоторых родителей все обстоит намного хуже, чем у нас. Найти таких несложно. Моя двоюродная сестра, практикующая совместный сон с десятимесячным сыном, так и не вернулась к работе преподавателя — отчасти потому, что почти всю ночь кормит ребенка. Я часто звоню ей и спрашиваю:

— И как он спит?

Но самую жуткую историю мне рассказала Элисон, подруга подруги из Вашингтона, — ее сыну семь месяцев. Первые полгода Элисон кормила его каждые два часа круглые сутки. В семь месяцев он наконец начал спать по четыре часа подряд. Элисон, маркетинговый эксперт с дипломом престижного университета, нашла в себе силы принимать как само собой разумеющееся и усталость, и тот факт, что ей пришлось сделать перерыв в карьере. Она уверена, что у нее нет выбора, кроме как подстроиться под индивидуальное расписание сна ее ребенка — хотя этот режим и убивает.

Альтернатива бессонным ночам — так называемое приучение ко сну. Это метод, когда родители оставляют малышей одних, чтобы те «прокричались». Я читала об этом. Метод подходит для детишек, которым шесть-семь месяцев. Элисон сообщила, что попробовала этот метод только один раз: уж слишком жестоким он ей показался. Дискуссии в Интернете по поводу этого метода мгновенно перерастают в онлайн-побоище: его противники называют подобную практику чистым эгоизмом, а то и насилием над детьми. «Это просто отвратительно, — пишет одна мамочка на *babble.com*. — Хотите спать по ночам — не рожайте. Усыновите трехлетнего ребенка.»

Хотя указанный метод со стороны и кажется жестоким, мы с Саймоном теоретически ничего не имеем против. Но нам все-таки кажется, что Бин еще маловата для армейской муштры. Мы считаем, что наша девочка просыпается по ночам, потому что голодна, или потому что ей от нас что-то нужно, или просто потому, что она нормальный младенец, а все нормальные младенцы так и делают — не спят по ночам. Она же маленькая. Вот мы ей и потакаем.

Я завожу разговор о ночном сне с французскими родителями. С соседями, знакомыми по работе, друзьями друзей… Все они утверждают, что их дети начали спать по ночам гораздо раньше. Самия рассказала, что у ее дочки, которой сейчас два года, уже в шесть недель «были ночи» — она специально записала точную дату.

Худышка Стефани, налоговый инспектор из нашего двора, краснеет от стыда, когда я спрашиваю, когда ее сын Нино перестал капризничать по ночам.

— У нас все случилось очень поздно, в ноябре. Значит, ему было… четыре месяца! Мне кажется, очень поздно…

Некоторые истории, услышанные от родителей-французов, если честно, даже не похожи на правду. Александра — она работает в детском саду и живет в пригороде Парижа — говорит, что обе ее дочери спали всю ночь беспрерывно почти с рождения!

— Они уже в роддоме просыпались в шесть утра — как раз когда приносили бутылочки.

Многие из этих чудо-младенцев находятся на искусственном или смешанном вскармливании, но дело, оказывается, не в этом. Даже те малыши, которых кормят исключительно грудью, не путают день с ночью. Некоторые французские мамочки признаются, что прекратили грудное вскармливание, как только вышли на работу, — обычно это происходит в три месяца. Но к тому времени режим ночного сна у их детей уже наладился.

Сначала я решила, что мне просто попадаются те мамы, которым повезло. Но их было как-то уж слишком много. Тогда я поняла, что во Франции спящие по ночам младенцы — это норма. А соседи, которые бесят меня своими расспросами, и в самом деле *уверены*, что двухмесячный ребенок способен отличать день от ночи!

Как и в других странах, во Франции родители вовсе не рассчитывают, что их ребенок будет спокойно спать сразу после рождения. Но к тому моменту, когда бессонные ночи становятся бичом большинства родителей-нефранцузов, то есть когда ребенку два-три месяца, проблема исчерпывает себя. Ночные вставания во Франции воспринимаются как временные, а не хронические трудности. С кем бы из французов я ни говорила, все убеждены, что к шести-то месяцам дети уж точно могут — и непременно будут! — спать всю ночь напролет. Хотя чаще всего это случается намного, намного раньше. «Некоторые дети начинают спать в шесть недель, другим требуется до четырех месяцев, чтобы режим установился», — написано в журнале *Maman*! Авторы книги «Сон, сны и малыш» *(Le Sommeil, le rêve et l'enfant)* — бестселлера, посвященного детскому сну, — утверждают: «Где-то между тремя и шестью месяцами ваш ребенок будет спать всю ночь — минимум восемь-девять часов. Родители смогут вновь испытать, как это приятно — не вставать среди ночи!»

Разумеется, есть исключения. Иначе во Франции не издавали

бы книги про сон и не было бы специалистов по детскому сну. Некоторые дети, вроде бы приучившиеся спать к двум месяцам, через несколько месяцев снова начинают просыпаться. Слышала я и о малышах, которые начали нормально спать лишь в год. Но именно «слышала»: сколько живу во Франции, такого ребенка не встречала. Марион, мама лучшей подруги моей Бин, утверждает, что ее младший сын понял разницу между днем и ночью в полгода. Среди моих парижских друзей и знакомых это рекорд. У большинства из них дела обстоят, примерно как у архитектора Поля, чей сын в три с половиной месяца спит по 12 часов без перерыва — с восьми вечера до восьми утра.

Больше всего меня бесит то, что французские родители могут точно сказать, когда их дети начали спать по ночам, но не способны объяснить, как это произошло. Они не знают, что такое «приучать ко сну», не знают о методе Фербера, названном в честь своего создателя — доктора Ричарда Фербера, и прочих запатентованных методиках. Мало того, они утверждают, что никогда не оставляли своих детей «прокричаться», по крайней мере надолго. Большинству моих знакомых французов становится явно не по себе, стоит мне упомянуть об этой практике.

Расспрашиваю родителей из другого поколения — та же история. Одна французская журналистка — за пятьдесят, но на работу ходит в узких юбках и на острых шпильках, — была в шоке, узнав, что я никак не могу уложить спать свою малышку.

— А нельзя ей что-нибудь дать, чтобы она уснула? Какое-нибудь лекарство? — недоумевает она. А потом предлагает оставить ребенка с кем-нибудь на недельку-две и отправиться в SPA, восстановить силы.

Хорошо хоть, молодые родители не накачивают своих малышей снотворным и не прячутся от них в сауне!

Большинство уверено, что их дети *сами* научились спать подолгу. Стефани говорит, что вообще ничего не делала для этого.

— Мне кажется, ребенок сам это решает, — считает она.

То же слышу от 34-летней Фанни, издателя финансовых журналов. По ее словам, примерно в три месяца ее сын Антуан *сам* перестал просыпаться на кормление в три часа ночи.

— Он просто так решил, — говорит она. — Я его не заставляла. Я кормила его, когда он просил. Просто у него установился такой режим.

Венсан, муж Фанни, услышав наш разговор, сообщил, что Фанни вышла на работу через три месяца. Как и остальные родители, с которыми я беседовала, он думает, что это не просто

совпадение. Мол, Антуан *понял*, что его маме теперь нужно рано вставать и ехать в офис. Венсан сравнил это интуитивное понимание с системой коммуникации у муравьев — те общаются посредством химических волн, передавая их через свои усики.

— Мы, французы, очень верим в интуицию, — пустился он в объяснения. — И убеждены, что дети все понимают.

Но все же кое-какие хитрости по организации сна мне удается выведать. Почти все знакомые родители-французы говорят, что в первые месяцы жизни их дети всегда находились на свету днем, даже во время сна, а ночью — в темноте (мы с Саймоном также придерживались этого). Кроме того, внимательно наблюдя за детьми с самого рождения, они пытались уловить ритм малыша. И постепенно перестроить его под свой собственный.

Вообще французские родители так много твердят про ритм, будто говорят о какой-то рок-группе, а не о воспитании ребенка.

— С нуля до шести месяцев необходимо уважать ритм детского сна, — говорит Александра, чьи дети спали ночью почти с рождения.

Я тоже наблюдаю за Бин — иногда в три часа ночи. Так почему же в нашем случае нет никакого ритма? И если переход к непрерывному ночному сну происходит сам собой, почему у нас все не так?

Делюсь накопившимся раздражением с Габриэль, своей новой французской подругой. Она советует почитать книгу «Ребенок и его сон» *(L'enfant et son sommeil)*. Ее автор, Элен де Леерснайдер, известный парижский педиатр, специализируется на детском сне. Книга меня озадачивает. Я-то привыкла к простому незамысловатому стилю американских «учебников для родителей». Но эта открывается цитатой из Марселя Пруста, после чего мадам де Леерснайдер воспевает оду сну.

«Сон раскрывает тайны ребенка и жизни семьи, — пишет она. — Чтобы уснуть в кроватке и отделить себя от родителей на несколько часов, ребенок должен доверять своему телу, верить, что его организм не даст ему погибнуть, даже если он его не контролирует. Он должен быть достаточно спокойным, чтобы принять странную мысль о том, что наступает ночь.»

В книге «Сон, сны и малыш» также говорится, что ребенок способен научиться спать, лишь смирившись с тем, что он — отдельное существо: «Безмятежные, долгие и спокойные ночи начинаются после того, как ребенок признает свое одиночество. Это ли не признак того, что он обрел внутренний покой и перестал страдать?»

Некоторые главы таких книг выглядят как экзистенциальное философствование. То, что у нас называется «фазой быстрого

сна», французы называют «парадоксальный сон», потому что тело в этот момент бездействует, но ум чрезвычайно активен. «Научиться спать, научиться жить — это ли не синонимы?» — вопрошает Элен де Леерснайдер.

Признаться, я не очень понимаю, для чего мне такая информация. Мне не нужна метафизическая теория детского сна. Мне просто хочется, чтобы моя дочь спала! Но как понять, почему дети французов спят так хорошо, если их родители сами не в силах объяснить это, а «учебники по воспитанию» напоминают мистические поэмы? Что должна сделать мать, чтобы нормально поспать ночью?

Как ни странно, озарение снисходит на меня, когда я приезжаю в Нью-Йорк.

Я живу в Трайбеке, в Нижнем Манхэттене, где индустриальные здания переоборудованы под дорогостоящие лофты. Гулять мы выходим на местную детскую площадку. Мне-то казалось, я перелопатила все книги по воспитанию. Но мамочки, с которыми я общаюсь во время прогулки, недвусмысленно дают понять, что я жалкая дилетантка. Они не просто прочитали все что можно. Они выработали собственные стили воспитания, сочетая несколько методов, подобно тому, как сочетают дизайнерские наряды. В какой-то момент я почувствовала себя в окружении гуру по вопросам сна, дисциплины и питания. Когда я наивно упоминаю о «естественном родительстве», одна мамочка резко обрывает меня:

— Не нравится мне этот термин. А что же, остальные родители воспитывают своих детей неестественно?

Когда разговор заходит о ночном сне, я подсознательно жду, что сейчас услышу множество теорий, после чего начнутся обычные жалобы на вставание среди ночи. Но нет. Оказывается, в Трайбеке многие дети спят по ночам уже в возрасте двух месяцев. Одна мамочка, по профессии фотограф, говорит, что, как и многие другие родители, водила детей к местному педиатру, Мишелю Коэну. Его имя она произносит нараспев: «Ми-шель», как в песне «Битлз».

— Он француз? — спрашиваю я.

— Да, — отвечает она.

— Настоящий француз, из Франции?

— Да, настоящий француз.

Тут же договариваюсь о встрече с этим человеком. Очутившись в его приемной, сразу понимаю, что я в Трайбеке, а не в Париже: в углу стоит дизайнерское кресло, стены оклеены ретрообоями в стиле семидесятых, в очереди сидит мама-

лесбиянка в фетровой шляпе. Секретарша в черном топе на бретельках проверяет список пациентов:

— Элла? Бенджамин?

Появляется Коэн, и я сразу понимаю, почему он так популярен среди молодых мамаш. Каштановые кудри, оленьи глаза, роскошный загар… На нем дизайнерская рубашка навыпуск, бермуды и сандалии. Прожив двадцать лет в Америке, он так и не избавился от очаровательного французского акцента и милых ошибок («Когда я советую родителЯм…»).

Прием на сегодня закончен, и он предлагает мне посидеть в кафе на улице. С радостью соглашаюсь.

Коэн обожает Соединенные Штаты — отчасти потому, что здесь с почтением относятся к предпринимателям и оригиналам. В стране, где здравоохранение регулируется строгими правилами, он позиционирует себя как «ваш доктор по соседству». (Пока мы сидим и пьем пиво, он здоровается с несколькими своими пациентами.) Его медицинский центр, «Трайбека Педиатрикс», обзавелся пятью филиалами. У него вышла толстая книга по воспитанию детей — «Новые правила» — с его фотографией на обложке.

Доктор неохотно признается, что инновации, привезенные им на Манхэттен, родом из Франции. Он уехал в восьмидесятые и помнит Францию как страну, где новорожденных в роддомах оставляли «прокричаться» в полном одиночестве. Даже сейчас, говорит он, в каждом парке можно увидеть, как ребенок получает затрещину. (Раньше, возможно, так и было. Но за то время, что я провела в парижских парках, я лишь раз видела, как нашкодившего малыша отшлепали.)

Однако нельзя не отметить, что некоторые из рекомендаций Коэна полностью совпадают с тем, чем руководствуются современные парижские родители. Как принято во Франции, он советует начинать прикорм с овощей и фруктов, а не с безвкусных каш. Он не одержим темой аллергии. Он тоже говорит о *ритмах* и о том, что детей нужно учить справляться с разочарованиями. Он ценит спокойствие. И считает, что качество жизни родителей не менее важно, чем благополучие детей.

А теперь самое главное: как доктор Коэн приучает малышей из Трайбеки спать по ночам?

— Я рекомендую не бросаться к ребенку по ночам каждую минуту — говорит он. — Дайте ему возможность успокоиться самостоятельно, не реагируйте автоматически, даже в первые дни.

Может, все дело в пиве или оленьих глазах Коэна, но я кое-что начинаю понимать. Действительно, я не раз видела, как

французские мамочки и няни, прежде чем подойти к ребенку, выдерживают небольшую паузу. Раньше мне не приходило в голову, что они делают это намеренно, что эта маленькая отсрочка имеет значение. И, если честно, меня это задевало. Сама я считала, что нельзя заставлять малышей ждать. Может, в этом и есть причина того, что французские дети так быстро успокаиваются, даже почти без слез?

Совет не бросаться к ребенку по первому зову вытекает из рекомендации «наблюдать за ребенком». Ведь если мать тут же хватает его на руки, едва он заплачет, она *не наблюдает* за ним. С точки зрения Коэна, эта пауза — мне так и хочется окрестить ее *La Pause* — очень важна. По его мнению, соблюдение такой паузы с самого рождения сильно влияет на то, как Дети будут спать.

«У родителей, которые спокойнее реагируют на ночные капризы, дети всегда спят нормально. А вот у тех, кто вскакивает на каждый писк, дети просыпаются все чаще и чаще, и наконец это превращается в кошмар», — пишет он в своей книге.

Кстати, большинство детей, которых приводят к Коэну на прием, находятся на грудном вскармливании. Однако это не играет роли.

Есть еще одна причина, почему стоит подождать, прежде чем бросаться к ребенку: грудные дети во сне часто вздрагивают, меняют позу и издают множество разных звуков. Это совершенно нормально, и ничего страшного в этом нет. Если же родители немедленно подлетают и берут ребенка на руки, он, естественно, просыпается.

Кроме того, маленькие дети просыпаются между фазами сна, которые длятся около двух часов, и прежде чем они научатся связывать эти фазы между собой, они будут плакать — и это тоже нормально. Интерпретируя любой плач малыша как признак того, что он голоден или что ему плохо, и бросаясь утешать его, родители оказывают ребенку медвежью услугу: ему будет сложно соединять фазы сна самостоятельно. То есть ему понадобится помощь взрослого человека, чтобы снова уснуть в конце каждого цикла.

Важно знать: новорожденные не способны соединять фазы сна, но в возрасте двух-трех месяцев они уже готовы к этому — если им, конечно, дадут возможность научиться. По Коэну, процесс «обучения сну» напоминает обучение езде на велосипеде: если ребенку удастся заснуть самостоятельно хотя бы раз, сделать это в следующий раз будет намного проще. (Взрослые тоже просыпаются между фазами, но не замечают этого, так как давно научились сразу погружаться в следующую.)

Коэн не отрицает, что дети и в самом деле могут быть

голодны либо хотят, чтобы их взяли на руки. Но если не наблюдать за ребенком (не выдерживать пресловутую паузу), то определить, в чем именно он нуждается, невозможно. «Если требования ребенка становятся более настойчивыми, разумеется, его необходимо покормить, — пишет он в своей книге. — Я вовсе не призываю вас оставлять ребенка прокричаться.» Конечно, нет — Коэн призывает дать ребенку шанс *научиться спать.*

Вот эта мысль была для меня в новинку. В некоторых книгах по детскому сну она мне тоже попадалась, но терялась среди других советов. Я даже пробовала этот метод с Бин — пару раз, не больше, так как мне не хватало упорства. Никто никогда не говорил мне, что это *единственный работающий метод* и важно его придерживаться.

Одна лишь эта рекомендация доктора Коэна способна развеять тайну французских родителей и объяснить, почему их дети никогда не плачут подолгу. Если в первые два месяца родители выдерживают паузу, ребенок учится засыпать самостоятельно, переходя от одной фазы сна к другой. Тогда в дальнейшем не придется «давать ребенку прокричаться». «Метод паузы» не кажется жестоким в отличие от «приучения ко сну»; это не приучение, а именно *обучение* сну. Но обучиться этому можно в течение очень ограниченного периода времени — Коэн считает, до четырех месяцев. После этого у ребенка неизбежно формируется привычка спать плохо.

По словам Коэна, его методика хорошо идет в Трайбеке: здешние родители ориентированы на быстрый результат. Но в других местах мамочек нередко приходится уговаривать. Они не готовы слушать детский плач ни минуты. Коэн утверждает, что в конце концов ему удается уговорить почти всех.

— Я пытаюсь объяснить корень проблемы, — говорит он.

Иными словами, он рассказывает родителям о природе сна.

Вернувшись в Париж, я тут же принимаюсь расспрашивать местных мам, выдерживают ли они паузу. Все до единой отвечают: «Конечно, да!» Мол, это так очевидно, что даже и говорить не о чем. Почти все утверждают, что начали практиковать этот метод, когда их детям было недели две от роду. Александра, чьи дочери еще в роддоме спали всю ночь, утверждает, что не бросалась к ним по первому зову, а иногда выжидала пять или даже десять минут, прежде чем взять их на руки. Ей хотелось точно знать, что это: переход между циклами сна, с которыми они справятся самостоятельно, или их тревожит что-то еще: голод, грязный подгузник, просто беспокойство…

Александра, с ее кудрявыми светлыми волосами, стянутыми в

конский хвост, одновременно похожа на мамочку-хиппи и капитаншу команды болельщиц. У нее золотое сердце. Она ни в коем случае не собиралась игнорировать своих новорожденных детей. Напротив, она внимательно наблюдала за ними и знала, что своим плачем они пытаются ей что-то сообщить. Выдерживая паузу, наблюдала и слушала. (Она добавляет, что есть еще одна причина, почему это стоит делать: «Чтобы дети научились терпению».)

У родителей-французов нет общепринятого названия для «метода паузы» — они считают его интуитивным. (Это мне, американке, необходимо на все навешивать ярлыки.) Этот метод используют все, понимая как он важен. А ведь это так просто… К своему удивлению, понимаю, что секрет французов вовсе не в оригинальном инновационном способе управления сном. Они просто не обращают внимания на мусорную кучу противоречащих друг другу рекомендаций, сосредоточившись на одной, но эффективной.

Теперь, когда мне наконец открылась тайна *паузы*, я начинаю замечать, что вообще-то французы говорят об этом методе постоянно. «Здравый смысл подсказывает: прежде чем ответить вопрошающему, необходимо выслушать вопрос, — говорится в статье на популярном французском вебсайте *Doctissimo*. — То же касается детского плача: для начала необходимо выслушать его.»

Когда мне удается пробраться сквозь заумные философские дебри опуса «Сон, сны и малыш», я понимаю, что и его авторы пишут о вмешательстве в смену циклов сна, которое «всегда ведет к проблемам со сном» — к примеру, «дети просыпаются и уже не могут уснуть после 90-минутного или двухчасового цикла». И мне вдруг становится ясно, что проблема Элисон, моей американской приятельницы, чей сын ел каждые два часа в течение полугода, вовсе не в том, что ей достался ребенок с таким вот оригинальным графиком и аппетитом. Она, сама того не понимая, приучила его требовать кормления в конце каждого двухчасового цикла. Действуя из лучших побуждений, Элисон кормила не по требованию, как ей казалось, — она сама провоцировала эти кормления.

Никогда не слышала, чтобы что-то подобное происходило во Франции. Для французов «метод паузы» — решение номер один, и применять его они начинают с первых же недель. Авторы статьи в журнале *Maman*! замечают, что в первые полгода жизни ребенка 50–60 % его сна приходится на фазу *sommeil agité* (поверхностного сна). Находясь в этой фазе, ребенок может зевать, потягиваться и даже открывать и закрывать глаза. «Не стоит воспринимать это как сигнал и мешать ребенку спать, взяв его на руки», —

говорится в статье.

«Метод паузы» — не единственная хитрость, применяемая французскими родителями. Но главная! Когда я встречаюсь с Элен де Леерснайдер — той самой, которая цитировала Пруста — она сразу же упоминает об этом методе даже без подсказок с моей стороны.

— Иногда во сне глаза ребенка двигаются, он может издавать звуки, делать сосательные движения и ворочаться. Но все это время он спит. Не надо каждый раз входить к нему в комнату и беспокоить его. Вы должны понять, что такое детский сон.

— А если он просыпается?

— Если просыпается окончательно, берите на руки, конечно.

В разговорах о сне с родителями-американцами научные доводы не в ходу. Методик сна очень много, и вроде бы все убедительные, поэтому конечный выбор делают по принципу «кому что нравится». Но разговаривая с французами, вы слышите: «фазы сна», «циркадные ритмы», «парадоксальный сон»… Французы знают, что дети плачут по ночам в том числе и потому, что пребывают в фазе поверхностного сна (в промежутке между циклами сна). В данном случае «наблюдать за детьми» означает учиться распознавать эти циклы. Французские мамы выдерживают паузу уверенно и последовательно. Они принимают решения, вооружившись информацией и основываясь на четком понимании процессов детского сна.

Родители-французы считают своей задачей *ненавязчиво* обучить детей правильному сну — так же, как впоследствии учат их гигиене, сбалансированному питанию и езде на велосипеде. И ночные бдения с восьмимесячным младенцем не воспринимают как знак родительской привязанности. Для них это знак того, что у ребенка проблемы со сном, а в семье — разлад. Стоит мне рассказать об Элисон французским мамочкам, те возмущаются: нет, это невозможно, недопустимо как для матери, так и для ребенка.

Французы, как и все, верят, что каждый ребенок по-своему прекрасен и уникален. Но в отличие от других они понимают: есть вещи, которые объясняются не уникальностью, а биологией. Прежде чем решить, что у вашего ребенка «индивидуальный режим сна», следует лучше изучить теорию.

Раскрыв тайну «метода паузы», решаю полистать научную литературу о младенцах и сне. И делаю шокирующее открытие: в то время как американские родители воюют с детьми за полноценный ночной сон, американские ученые давно уже признали, что в этом нет необходимости. Все они говорят почти одно и то же по поводу того, как лучше наладить сон, и их

рекомендации удивительно похожи на советы французских ученых.

Родители должны принимать самое активное участие в обучении малышей правильному сну буквально с первых дней жизни. При условии, что ребенок здоров, вполне реально научить его спать всю ночь без перерыва (!) в возрасте нескольких недель; при этом нет нужды оставлять его «прокричаться».

Начинать нужно с превентивных мер. Будущих родителей необходимо заранее обучать науке сна и основным правилам, связанным со сном малыша. Родители должны следовать этим правилам с самого рождения ребенка.

Что это за правила? В одной из книг я прочла об исследовании, в ходе которого беременным женщинам, планировавшим кормить грудью, раздавали двухстраничные памятки. После родов молодым мамам предлагалось не укачивать ребенка, не брать его на руки и не допускать засыпания на груди у матери во время кормления — и все это для того, чтобы ребенок усвоил разницу между днем и ночью. Если ребенок недельного возраста начинает плакать ночью, от полуночи до пяти утра, авторы памятки советуют поменять ему подгузник и покачать, но не давать грудь (грудь, по мнению авторов, можно давать, только если ребенок продолжает плакать). Матерям советуют также научиться различать плач ребенка и кряхтенье во сне. Другими словами, прежде чем взять ребенка на руки, надо убедиться, не спит ли он.

Другая группа будущих матерей, также предполагавших кормить грудью, не получила никаких указаний.

Результаты оказались примечательными: от недели до трех у детей в обеих группах был примерно одинаковый режим сна, но в четыре недели 38 % младенцев из группы, строго выполнявшей указания, спали всю ночь, в другой группе — лишь 23 %. Исходя из этого авторы сделали сенсационный вывод: «Кормление грудью не связано с ночными просыпаниями». А значит, «метод паузы» — не просто французская народная мудрость. Как и вера в то, что крепкий ночной сон с самых пеленок — залог спокойствия всей семьи, а «прерывистый ночной сон — симптом детской бессонницы».

В специальной литературе говорится также, что прослеживается четкая связь между недостаточным или беспокойным сном и раздражительностью, гиперактивностью, агрессией или неконтролируемой импульсивностью ребенка. У таких детей в дальнейшем могут быть проблемы с обучением и запоминанием. Они больше подвержены травмам, у них ослаблен обмен веществ и иммунитет и в целом снижено качество жизни.

Проблемы со сном, начавшиеся в младенчестве, могут затянуться на многие годы.

В вышеупомянутом исследовании дети из той группы, где матери выполняли все рекомендации, впоследствии оказались более спокойными и предсказуемыми, менее капризными.

Во всех исследованиях отмечается: если ребенок плохо спит по ночам, это неизбежно влияет и на остальных членов семьи — вплоть до депрессии у матерей и общего ухудшения обстановки в семье. И напротив, если ребенок спит спокойно, мама с папой чувствуют, что могут лучше выполнять свои родительские обязанности, они испытывают меньше стрессов, а супружеские отношения у них только улучшаются.

Конечно, и во Франции есть дети, которые не успевают научиться правильному сну к четырем месяцам. В этом случае французские эксперты обычно рекомендуют тот или иной вариант метода «оставить ребенка прокричаться».

По поводу этого метода специалисты по науке сна высказываются однозначно. Исследования подтверждают: если оставить ребенка кричащим, он научится спать или сразу (в науке это обозначают термином с неблагозвучным названием «отмирание»), или постепенно, в несколько этапов («частичное отмирание»). Как правило, метод срабатывает в течение нескольких дней. «Основное препятствие отмирания — непоследовательность родителей», — уверены эксперты.

Мишель Коэн, французский врач из Трайбеки, рекомендует довольно экстремальный вариант этого метода для тех, чьи дети перешагнули четырехмесячный барьер, ребенка готовят ко сну при помощи обычного вечернего ритуала: купание и колыбельная. Затем укладывают в кроватку в привычное время — желательно, чтобы при этом он бодрствовал; в следующий раз заходят в детскую в семь утра.

В Париже этот метод применяют с чисто французской тонкостью. Узнаю об этом от Лоранс, няни из Нормандии. Она присматривает за детьми вот уже двадцать лет и утверждает: прежде чем оставить малыша одного, важно объяснить ему, что вы собираетесь делать.

— Вечером нужно поговорить с малышом. Сказать, что, когда он проснется в первый раз, вы дадите ему соску, но после этого уже не придете. Потому что пора спать. Вы будете совсем рядом и придете успокоить его лишь один раз. Но не будете вскакивать всю ночь.

По словам Лоранс, самое важное в приучении младенца ко сну — поверить в то, что у него все получится.

— Если не верить в этот метод, он и не сработает, — утверждает она. — Я не сомневаюсь в том, что каждую следующую ночь малыш будет спать лучше. И я не теряю надежду, даже если он просыпается через три часа. Главное — верить.

Что касается меня, то я верю, что французские дети не обманывают ожиданий своих родителей и нянь. Возможно, все дело в том, что наши дети спят так, как мы того ждем от них, но стоит лишь поверить, что даже у младенцев может быть определенный режим, как этот режим появится.

Чтобы «метод паузы» или метод приучения ко сну через оставление (крик) работал, необходимо верить в идею, что младенец способен чему-то научиться и что он может справиться с разочарованием. Мишель Коэн тратит немало времени на то, чтобы втолковать это родителям.

Часто родители переживают, что четырехмесячный ребенок может ночью проголодаться. В ответ на это Коэн пишет в своей книге: «Да, он голоден. Но ему необязательно есть. Вы тоже можете проголодаться среди ночи, но научились не есть по ночам, потому что желудку полезно отдыхать. Так вот, желудку младенца это тоже полезно».

Французы вовсе не считают, что младенца нужно подвергать испытаниям библейского масштаба, но при этом уверены: небольшое разочарование не травмирует психику ребенка, а напротив, делает ее более устойчивой. В книге «Сон, сны и малыш» говорится: «Всегда соглашаться с требованиями ребенка, не говорить ему „нет“ опасно для формирования личности. У ребенка в таком случае отсутствует барьер противления, и он не понимает, чего от него ждут».

Для французов обучение грудного ребенка сну — не эгоистичная стратегия, рассчитанная на ленивых родителей. Это первый и самый важный урок, благодаря которому дети учатся полагаться на себя и не бояться одиночества. Психолог из журнала *Maman*! утверждает, что малыши, научившиеся играть одни в дневное время (даже в первые месяцы), не так капризничают, когда их укладывают спать в одиночестве.

Элен де Леерснайдер пишет, что даже младенцы нуждаются в «личном пространстве». «Лежа в колыбели, малыш узнает, что иногда можно побыть одному, не испытывая при этом голод или жажду. И не спать — можно просто спокойно бодрствовать. С самого раннего возраста ему необходимо личное время, необходимо засыпать и просыпаться, не находясь под неустанным надзором матери.»

Отдельное внимание в этой книге уделено тому, чем может

заняться мама, пока ее ребенок спит: «Она забывает о ребенке и может подумать о себе. Принять душ, переодеться, сделать макияж, стать красивой просто для удовольствия, для мужа и окружающих. Наступает вечер, и она готовится ко сну и любви».

Мне, американке, трудно это представить. Прямо сцена из фильма: черная подводка, шелковые чулки — разве такое возможно? Мы с Саймоном восприняли как само собой разумеющееся, что наша жизнь некоторое время будет вращаться вокруг капризов маленькой Бин…

А французы не считают, что это правильно. Ребенок, который учится спать, учится быть частью семьи, считают они, учится приспосабливаться к нуждам других ее членов.

— Если ребенок просыпается десять раз за ночь, на следующий день его мать не сможет пойти на работу. И он понимает — *voilà* — нельзя просыпаться десять раз за ночь, — объясняет мне доктор Леерснайдер.

— Что, прямо так понимает? — сомневаюсь я.

— Разумеется, — отвечает она.

— Но как?

— Дети все понимают.

Французы верят в необходимость «метода паузы», но не воспринимают его как панацею. У них есть целый набор идей и привычек, которые они применяют с великим терпением и любовью, настраивая малышей на хороший сон. Чем же хорош «метод паузы»? Отвечу. Родители не сомневаются: их крошки вовсе не беспомощные. Они вполне способны чему-то научиться. И обучение это — ненасильственное, индивидуальное по времени для каждого малыша — не может навредить. Напротив, родители считают, что благодаря этому методу дети обретают спокойствие и уверенность в себе, а также учатся замечать нужды окружающих. Обучение сну задает тон уважительным отношениям детей и родителей, которые я наблюдаю повсюду во Франции.

Если бы я знала обо всем этом, когда родилась Бин!

Четырехмесячный рубеж, когда можно было с относительной легкостью научить ее беспрерывному ночному сну, мы уже перешагнули. Ей девять месяцев, она по-прежнему просыпается каждую ночь, примерно в два. Стиснув зубы, решаем оставить ее прокричаться. В первую ночь она плачет целых двенадцать минут. Я тоже плачу, вцепившись в Саймона. Потом она засыпает. На следующую ночь крик продолжается уже пять минут.

На третью ночь в два просыпаемся мы с Саймоном — в

тишине.

— Кажется, она делала это специально для нас, — шепчет Саймон. — Думала, это *нам* нужно, чтобы она просыпалась.

Мы засыпаем. С тех пор Бин спит до утра.

ГЛАВА 4
Подожди!

С каждым днем я все больше привыкаю к французской жизни. Прогулявшись по соседним паркам как-то утром, заявляю Саймону, что теперь мы с ним — международная элита.

— Международная — может быть, но точно не элита, — отвечает он.

Я освоилась во Франции, но все же скучаю по Америке. Ведь там можно пойти в супермаркет в спортивных брюках и улыбаться прохожим. Еще там можно шутить, и тебя все понимают. Но больше всего я скучаю по родителям. Ну разве это нормально: у меня маленький ребенок, а бабушка с дедушкой живут за океаном!

Моя мама тоже расстроена. Она всегда боялась, что я вырасту, найду себе красивого иностранца и выйду за него замуж. И она столько раз обсуждала со мной свои страхи, что, пожалуй, сама и заложила мне в голову эту идею.

Однажды, приехав в Париж, мама пригласила нас с Саймоном на ужин и прямо за столом разрыдалась.

— Ну что здесь такое есть, чего нет в Америке? — спросила она.

«Улитки», — хотела ответить я. Но мама заказала курицу.

Хотя со временем жить во Франции стало легче, мне так и не удалось ассимилироваться. Как раз наоборот: когда у нас появилась Бин, и мой французский стал значительно лучше, я вдруг поняла, насколько отличаюсь от местных.

Вскоре после того, как у Бин «появилась ночь», мы отправили ее в государственный детский садик — *crèche.* На вступительном собеседовании отвечаем на вопросы: сосет ли она соску, в какой позе любит спать. У нас на руках карта прививок и номера телефонов, по которым можно звонить в случае необходимости. Но один вопрос повергает нас в ступор: *когда* она ест?

По вопросу кормления все родители Земли тоже делятся на два противоборствующих лагеря. Одни говорят, что детей надо кормить строго по режиму, другие — по требованию, когда бы ребенок ни проголодался. На американском сайте *BabyCenter* приведены восемь режимов кормления для пяти- и шестимесячных. В рамках одного из них ребенок должен есть десять раз в день. У нас сложился гибридный стиль. Я кормлю Бин грудью утром, когда она просыпается, и перед сном. В промежутке мы кормим ее, как только она проголодается. Саймон

считает, что нет такой проблемы, которую не решила бы грудь или бутылочка. Мы оба готовы на все, лишь бы Бин не орала.

Выслушав рассказ о нашей системе кормления, воспитательница французского детского сада смотрит на нас так, будто мы сообщили ей, что разрешаем Бин садиться за руль. Как, вы не знаете точное время кормления вашего ребенка? Всем своим видом воспитательница показывала: хоть вы и живете в Париже, но воспитываете ребенка, который спит, ест, а возможно, и какает, как *американский.*

Глядя на нее, мы понимаем, что французы, похоже, и по вопросам кормления едины в своих взглядах. У здешних родителей нет такой проблемы — как часто их детям следует есть. Примерно с четырех месяцев все дети едят в одно и то же время. Для французов это всего лишь вопрос здравого смысла — как и приучение ко сну, режим кормления не является частью философии.

Распорядок в семьях такой: около восьми утра, затем в двенадцать, в четыре и в восемь вечера. Даже «Ваш ребенок» *(Votre Enfant),* уважаемая французская энциклопедия для родителей, рекомендует именно эти часы кормления для четырех- и пятимесячных. Причем во Франции кормления называют вовсе не кормлениями — не сено же коровам скармливают, в самом деле. Нет, их называют как и положено: завтрак, обед, полдник и ужин. Другими словами, примерно к четырем месяцам младенцы во Франции едят так же, как им предстоит делать это всю оставшуюся жизнь, — только полдник остается под вопросом.

Казалось бы, национальная система детского питания совершенно прозрачна. Но нет, такое впечатление, что это государственная тайна! Если спросить французов, едят ли их дети по режиму, они почти наверняка ответят: о нет, что вы! Просто, как и со сном, родители следуют ритмам младенца. Но стоит мне заметить, что все дети во Франции вроде бы едят в одно и то же время, мои знакомые пожимают плечами — мол, это просто совпадение.

Еще более непостижимая для меня загадка: каким образом французские детки выдерживают четыре часа между приемами пищи. Наша Бин начинает нервничать, даже если ей приходится ждать несколько минут. А уж как мы нервничаем — не передать!

Создается впечатление, что дети и родители во Франции только и делают, что ждут. Сначала «метод паузы» — ребенок просыпается, и родители ждут. Потом режим кормлений — долгие перерывы между приемами пищи. А двухлетние дети, спокойно ожидающие в ресторане, пока принесут еду? Кажется, французам удалось совершить чудо: их младенцы и дети

постарше мало того что ждут, они не против подождать! Может быть, эта способность и отличает французских детей от других?

В попытке найти ответы на эти вопросы пишу письмо Уолтеру Мишелю, 80-летнему профессору психологии Колумбийского университета, эксперту мирового уровня, изучающему пределы детского терпения. Я навела о нем справки и прочла несколько его работ по этой теме. Объясняю, что нахожусь в Париже, изучаю французские методы воспитания; не мог бы он поговорить со мной по телефону? Мишель отвечает через несколько часов. К моему удивлению, он тоже в Париже. Не хочу ли я выпить с ним кофе? Через два дня сидим за столом на кухне в квартире его подруги в Латинском квартале, недалеко от Пантеона.

Мишель не выглядит и на семьдесят, не то что на восемьдесят. Бритый налысо и энергичный, он похож на бывшего боксера, но при этом черты у него милые, почти детские. Несложно представить его восьмилетним мальчиком из Вены, бежавшим с семьей из Австрии после того, как она вошла в состав нацистской Германии. В конце концов его семью забросило в Бруклин. В девять Уолтер пошел в школу, но его отправили в подготовительный класс, где он учил английский и «ходил на коленях, чтобы не слишком выделяться среди пятилетних малышей, когда класс шел по коридору». Родителям Мишеля (интеллигентная семья среднего класса) пришлось ходить в дешевый супермаркет — «все по пять центов»; они едва сводили концы с концами. В Вене его мать страдала легкой депрессией, однако в Америке воспряла духом и впоследствии стала успешным дизайнером витрин. А отец так и не смог пережить потерю социального статуса.

Этот опыт, полученный в раннем детстве, — опыт аутсайдера — помог ему сформулировать вопросы, ответы на которые он затем искал всю жизнь. В тридцать с небольшим он произвел фурор в психологии личности, выдвинув теорию о том, что черты характера не постоянны, а зависят от контекста. Мишель женился на американке, три его дочери выросли в Калифорнии, однако в Париже он бывает каждый год: «Я всегда чувствовал себя европейцем, а Париж воспринимаю как главную европейскую столицу», — признался он.

Мишель прославился своим «зефирным тестом», придуманным в шестидесятые — тогда он преподавал в Стэнфорде. В ходе этого эксперимента четырех- или пятилетнего ребенка приводили в комнату, где на столе лежал зефир. Экспериментатор объяснял малышу, что сейчас он ненадолго выйдет из комнаты. Если малыш продержится и не съест зефир до

его прихода, то получит не один, а два зефира. А если съест — не получит ничего. Испытание оказалось очень сложным! Из 653 детей, принимавших участие в эксперименте в 1960-1970-е годы, лишь треть продержалась все пятнадцать минут до прихода ученого. Некоторые съедали зефир сразу. Большинство смогло продержаться лишь 30 секунд.

В середине 1980-х Мишель навестил участников первого эксперимента, чтобы сравнить, есть ли разница между тем, как ведут себя «терпеливые» и «нетерпеливые» дети в подростковом возрасте. Связь прослеживалась отчетливая: те, кто в четыре года удержался и не съел зефир, выросли более сосредоточенными и рассудительными. В исследовании, опубликованном Мишелем и его коллегами в 1988 году, говорится, что «в стрессовых ситуациях эти дети не теряют самообладания».

Так, значит, если заставлять детей ждать желаемого, как делают французские родители из среднего класса, они станут более спокойными и устойчивыми к стрессу? В отличие от детей, которые привыкли получать желаемое немедленно и в стрессовых ситуациях сразу устраивают истерики? Неужели французы снова «угадали»?

Бин, как правило, получает то, что просит, без промедления, а чтобы зайтись в истерике, ей достаточно секунды. И стоит мне приехать в Америку, несчастные орущие малыши, требующие, чтобы их достали из коляски, или чуть что бросающиеся на пол, — кажутся частью окружающего ландшафта.

В Париже такого не увидишь. Здесь и младенцы, и дети двух-трех лет, *привыкшие терпеть,* непостижимо спокойны, если им не удается получить желаемое в ту же секунду. Когда я хожу в гости к знакомым французам, сразу обращаю внимание, как мало их дети ноют и хнычут. Обычно все спокойны и поглощены своими делами, что в нашем доме, признаюсь, редкость.

Во Франции я регулярно сталкиваюсь с ситуациями, которые мне лично кажутся маленьким чудом: взрослые люди, имеющие маленьких детей, умудряются спокойно допить свой кофе и вести нормальный полноценный разговор! Слово «подожди» — часть родительского лексикона: вместо того чтобы шикать на расшалившегося ребенка или кричать ему «хватит», французы просто отдают краткую команду, в переводе означающую «Ждать!».

Мишель не проводил «зефирный тест» с французскими детьми (хотя в данном случае зефир пришлось бы заменить на крем-брюле). Но как давний наблюдатель за местными обычаями он не может не поражаться различиям между детьми французов и, скажем, американцев.

— Складывается впечатление, — говорит мне Мишель, — что в Америке детям все сложнее и сложнее себя контролировать.

Он отмечает это даже в отношении собственных внуков.

— Мне не нравится, когда я звоню дочери, а та отвечает, что не может сейчас разговаривать, потому что ребенок тянет ее за рукав. Она не может объяснить ему: подожди, я разговариваю с твоим дедушкой.

Вместе с тем Уолтер Мишель отмечает, что умение ждать, характерное для французских детей, вовсе не означает, что из них вырастут счастливые взрослые, поскольку на это влияют и многие другие факторы.

— То, что ребенок плюется едой в ресторане, еще не говорит о том, что лет через пятнадцать он не сможет стать превосходным бизнесменом, ученым, преподавателем — да кем угодно!

Как бы то ни было, с детьми, умеющими ждать, семейная жизнь намного приятнее.

— Дети во Франции гораздо более дисциплинированы и воспитаны примерно так, как воспитывали нас, — говорит Мишель. — Когда к нам в гости приходят знакомые французы с маленькими детьми, это не означает, что нельзя будет поужинать, как традиционно принято во Франции… От детей здесь ждут, что они будут вести себя тихо, как подобает случаю, и тоже ужинать с удовольствием.

Самое важное здесь слово — *удовольствие.* Французы вовсе не стремятся к тому, чтобы их дети были бессловесными существами и подчинялись беспрекословно. Родители просто не понимают, как можно получать от жизни удовольствие, если ты не можешь себя контролировать!

Мне часто приходится слышать, как родители во Франции велят своим детям «быть мудрее». Это выражение — *sois sage* — означает у них примерно то же, что у нас «веди себя хорошо». Но значение его намного глубже. Когда я прошу Бин вести себя хорошо, стоя у дверей дома, куда мы пришли в гости, она напоминает дикое животное, которое просят стать домашним на час, однако это не исключает того, что в любой момент моя дочь может взбеситься. «Вести себя хорошо» противоречит ее истинной природе. Но когда я прошу ее «быть мудрее», это значит, что она должна вести себя как подобает, следуя голосу разума. Главное, что от нее требуется, — понимать, что рядом есть другие люди, и их необходимо уважать. Я словно намекаю, что она способна рассуждать мудро и контролировать себя, что я ей доверяю.

Если дети хорошо себя ведут, это вовсе не значит, что им скучно. Дети моих французских знакомых умеют веселиться. По

выходным Бин и ее друзья с визгом часами носятся в парке. В Париже есть и более цивилизованные детские развлечения: кинофестивали для малышей, театры, уроки кулинарии, требующие терпения и внимания. Мои знакомые парижане хотят, чтобы их дети развивались всесторонне, интересовались и искусством, и музыкой. Однако они не понимают, как можно всем этим насладиться в полной мере, не имея терпения. По мнению французов, самоконтроль — это умение спокойно пребывать в настоящем, не нервничая, не раздражаясь, не требуя. Только в этом случае детям может быть по-настоящему весело.

При этом французские родители и воспитатели вовсе не считают, что у детей бесконечный запас терпения, и не рассчитывают на то, что младенцы будут, не пикнув, сидеть на концертах и официальных банкетах. Когда речь идет об ожидании, это обычно несколько минут или секунд. Но способность детей высидеть даже такой маленький отрезок времени радикально меняет жизнь родителей. Я убедилась, что секрет французских детей, которые редко ноют и закатывают истерики, состоит в том, что у них выработан внутренний ресурс, позволяющий справиться с разочарованием. Они не ждут, что все желаемое им тут же преподнесут на тарелочке. Когда французские родители говорят о воспитании, речь идет прежде всего об обучении терпению, благодаря которому дети не набрасываются на зефир, не выждав и полминуты.

Каким же образом французы превращают обычных младенцев в ангелов долготерпения? И можно ли научить этому нашу Бин?

Уолтер Мишель за свою долгую карьеру просмотрел сотни видеороликов с изнывающими от нетерпения детьми, участвующими в «зефирном тесте». В конце концов он понял: в то время как нетерпеливые малыши полностью сосредоточены на зефире, терпеливые пытаются как-то отвлечься. «Дети, которым легко дается ожидание, во время этой паузы мурлыкают себе под нос песенки, ковыряют в ушах каким-то оригинальным способом, шевелят пальцами ног, превращая это в игру», — сообщает ученый в своей книге. Те же, кто не умеет сам себя развлекать и лишь смотрит и смотрит на зефир, рано или поздно не выдерживает и съедает его. Мишель делает вывод, что сила воли основана вовсе не из стоицизме, а на умении придумать способ, делающий ожидание более комфортным.

В последующих экспериментах ученые просили детей думать не о зефире, а о чем-то другом, тоже приятном, например о том, как мама качает их на качелях. При соблюдении этого условия время ожидания значительно увеличилось, хотя дети знали, что

сами себя обманывают. Как только ученые возвращались в комнату, ребенок, в течение пятнадцати минут пытавшийся отвлечься, тут же съедал зефир.

Родителям необязательно намеренно учить своих детей «отвлекающим маневрам». Мишель говорит, что каждый ребенок обладает навыком ждать и реализует его, если родители дают ему такую возможность. «В процессе воспитания часто недооценивают когнитивные способности маленьких детей, а они просто удивительны, если дать им шанс развиться.»

Родители во Франции поступают именно так. Они не учат малышей отвлекаться каким-то определенным способом, а просто предоставляют им возможность учиться терпению на каждом шагу.

Как-то серым субботним днем сажусь в электричку и еду в Фонтене-су-Буа, городок чуть восточнее Парижа. Подруга устроила мне встречу с живущей там семьей. Мама Мартина — красотка, адвокат, специализирующийся на трудовом законодательстве; ей около тридцати пяти. Живет с мужем, врачом скорой помощи, и двумя детьми в современном малоэтажном доме, перед которым раскинулся зеленый дворик.

Мне сразу же бросается в глаза, как ее квартира похожа на мою: вдоль стен гостиной разбросаны игрушки, комната объединена с кухней. Даже холодильники у нас одинаковые, стального цвета.

Но на этом сходство заканчивается. Несмотря на наличие двоих карапузов, в доме царит спокойствие, о котором мы можем только мечтать. Когда я приезжаю, муж Мартины работает с ноутбуком в гостиной, рядом посапывает годовалый Огюст. Коротко стриженная трехлетняя Полетт сидит за кухонным столом и разливает тесто для кексов в формочки. Наполнив формочку, посыпает кекс разноцветными шариками и свежей красной смородиной.

Мы с Мартиной садимся с другой стороны стола, но я не могу оторвать глаз от малышки Полетт и ее кексов. Она полностью поглощена своим занятием. Каким-то чудом ей удается удержаться от искушения съесть тесто. Лишь закончив, она просит у мамы разрешения облизать ложку. «Нельзя, но можешь съесть немного присыпки», — отвечает Мартина, и Полетт радостно высыпает несколько столовых ложек сахарного драже на стол.

Моя дочь Бин того же возраста, что и Полетт, но мне бы в жизни не пришло в голову поручить ей такое сложное дело. Я бы стояла у нее над душой и проверяла, а ей бы это не нравилось.

Было бы много нытья и напряжения (и ее, и моего). Если бы я отвернулась, Бин тут же набила бы себе рот и тестом, и присыпкой, и смородиной. И уж точно мне бы не удалось спокойно поговорить с гостем.

Другими словами, я бы не стала повторять подобное мучение каждую неделю. Между тем во Франции домашняя выпечка, можно сказать, еженедельный ритуал. Сколько ни хожу в гости к французам по субботам и воскресеньям, они или пекут пироги, или угощают испеченными накануне. Сперва я думала, что они так расстарались ради меня, но вскоре поняла, что я тут ни при чем. Похоже, во Франции каждые выходные устраивают всенародный праздник домашней выпечки. Стоит детям научиться сидеть, и мамы стараются задействовать их в готовке — раз в неделю или в две. И поручают им не только отмерять муку и делать пюре из бананов: малыши и разбивают яйца, и добавляют сахар, и перемешивают — и все это несвойственной маленькому народцу твердой рукой. Они могут целый торт испечь самостоятельно!

Первый торт, который учатся печь все французские дети, — йогуртовый: ингредиенты в рецепте отмеряют пустыми баночками из-под йогурта. Это легкое и не слишком сладкое изделие, в которое можно добавить ягоды, кусочки шоколада, лимонную цедру или столовую ложку рома. Испортить его достаточно сложно.

Благодаря субботнему ритуалу в домах французов, во-первых, никогда не переводятся десерты. Во-вторых, малыши учатся самоконтролю. Все это неспешное отмеривание, последовательное добавление ингредиентов — прекрасный урок терпения. Как и то, что французы никогда не съедают торт сразу же после того, как достают его из духовки (в отличие от меня). Обычно они пекут его утром или в обед, а потом ждут полдника, который по-французски называется *goûter*.

Мне сложно представить мир, в котором мамы не носят в сумках кукурузные и шоколадные хлопья, чтобы подсунуть их чадам, когда начнутся капризы. Дженнифер, репортер «Нью-Йорк Таймс», жалуется, что ее маленькая дочь ничего не может сделать без перекуса, даже самые короткие дела, и неважно, в какое время дня. «Судя по всему, в нашей культуре так сложилось, что дети теперь в принципе неспособны заниматься чем-либо, одновременно не набивая живот чем-нибудь вкусненьким», — пишет она.

Во Франции полдник — официальное и единственное время для перекуса. Полдничают обычно, когда дети постарше приходят из школы (в 16.00–16.30), но распространяется это правило на

всех детей без исключения. Возможно, поэтому малыши, которых я вижу в ресторанах, едят с таким аппетитом. Ведь они успели проголодаться, потому что не хватали куски в течение дня. (Взрослые в полдник могут выпить кофе, но обычно ничего не едят. Моя подруга, побывав во Франции, была очень недовольна тем, что здесь почти невозможно найти никакой «кусочнической» еды.)

Мартина из Фонтене-су-Буа, утверждает, что специально не прививает терпение своим детям. Но повседневные ритуалы ее семьи, которые я наблюдала и во многих других французских семьях среднего класса, — это школа, где детей постоянно учат ждать желаемого.

Мартина говорит, что часто покупает Полетт конфеты. Карамель продается почти во всех булочных. Но разрешает их есть только на полдник, даже если это означает, что придется подождать несколько часов. И Полетт привыкла. Иногда Мартине приходится напоминать ей об этом правиле, но девочка не протестует.

При этом французский полдник — вовсе не сладкий шведский стол! «Я любила полдник, потому что мы всегда ели пирог, — пишет Клотильда Дюсолье, автор французских кулинарных книг. — Но была и другая сторона медали: мама вечно говорила „хватит“. Это „хватит“ учит детей самоограничению». Клотильда — сейчас ей тридцать с небольшим — вспоминает, что в детстве «почти каждые выходные» пекла сладкое вместе с мамой.

Во Франции малыши извлекают маленький урок терпения из каждого завтрака, обеда и ужина не только благодаря тому, *что* и *когда* они едят. Значение имеет также, *как* и *с кем* они едят. С самого раннего возраста детей здесь приучают есть блюда в определенной последовательности: как минимум одна закуска, основное блюдо и десерт. Дети также привыкают есть *вместе с родителями*, а лучшей школы и не придумаешь. По данным ЮНИСЕФ, 90 % 15-летних французов обедают или ужинают с родителями несколько раз в неделю; в США и Великобритании — 67 %. Все эти обеды и ужины поглощаются не на ходу. Если сравнивать французских и американских женщин, у француженок прием пищи занимает вдвое больше времени. Эту неторопливость они прививают и своим детям.

Когда в духовке у Мартины подходят кексы, как раз наступает время полдника. Довольная Полетт съедает два. Но сама Мартина даже не притрагивается к ним. Она, кажется, считает, что кексы — детская еда, или, может, внушила себе, что они

несъедобные, — как бы то ни было, она их не ест. (Увы, видимо, она думает, что я разделяю ее мнение, и даже не угощает меня.) Но это, кстати, еще один способ чему-то научить маленьких детей: на своем примере. Девочки, воспитывающиеся в домах, где мамы не едят кексы, скорее всего, тоже не станут их есть, когда вырастут. (Моя мама — прекрасный человек, но кексы уплетает за обе щеки, что уж тут обо мне говорить.)

Меня поражает и то, что Мартина не требует от дочки идеального терпения. Она понимает, что время от времени та будет и хватать что-то со стола, и ошибаться. Но в отличие от меня Мартина не реагирует на эти ошибки взрывом. Она понимает, что домашняя выпечка и ожидание сладкого десерта — тренировка навыка терпения. Другими словами, обучая терпению, Мартина сама проявляет терпение.

Когда Полетт пытается прервать наш разговор, Мартина говорит ей:

— Подожди две минутки, дочка. Я разговариваю.

Я удивлена, как ласково Мартина произносит эти слова, она уверена в том, что Полетт ее послушается.

Мартина с пеленок учит своих детей терпению. Когда крошечная Полетт начинала плакать, Мартина выжидала пять минут, прежде чем взять ее на руки (и, разумеется, уже в два с половиной месяца Полетт не просыпалась ночью).

Играть самостоятельно — еще один пункт обучения.

— Важнее всего для него сейчас научиться довольствоваться своей собственной компанией, — говорит она о сыне Огюсте.

Ребенок, умеющий сам себя развлекать, может воспользоваться этим навыком, когда мать, к примеру, говорит по телефону. Родители, которые ценят умение ребенка занять себя, более склонны оставлять его в одиночестве на некоторое время. Когда французские матери говорят о том, как важно следить за ритмами ребенка и распознавать сигналы, которые он подает, они отчасти имеют в виду, что, если ребенок играет один, нет никакой нужды отслеживать каждый его шаг.

И это еще один пример того, как родители и воспитатели во Франции интуитивно угадывают то, что написано в книгах по воспитанию. Уолтер Мишель утверждает, что нет ничего хуже для ребенка от полутора до двух лет, чем «мать, подкрадывающаяся с ложкой шпината в то время, как ребенок доволен и занят игрой. Мамы портят все дело, вмешиваясь в жизнь детей, когда те заняты и не хотят их видеть, — или не вмешиваясь, когда ребенок действительно нуждается в них. Крайне важно уметь распознавать эти потребности».

И действительно, исследование влияния детских садов на

развитие детей показало, что «чувствительность» матери или воспитателя — то, насколько чутко они умеют прислушиваться к восприятию мира ребенком, — играет особую роль. «Чуткая мать осознает нужды ребенка, его настроение, интересы и возможности, — говорится в исследовании. — Этим пониманием она и руководствуется во взаимодействии с ребенком». Очень плохо, если мать страдает депрессией, подавленность мешает ей прислушиваться к малышу.

Мишеля Уолтера в важности материнской чуткости убедили не только исследования. Он вспоминает, что отношение к нему его собственной матери менялось от равнодушия до гиперопеки. До сих пор он не умеет кататься на велосипеде: мать боялась, что он упадет и разобьет голову, а позже он не смог преодолеть навязанный ему страх.

Конечно, мы все хотим, чтобы наши дети росли терпеливыми. Мы считаем терпение добродетелью. Мы учим детей терпеливо ждать своей очереди, терпеливо накрывать на стол, терпеливо играть на пианино. Но лишь немногие из нас уделяют тренировке этого навыка столько внимания, как французы. Как и в случае со сном, нам кажется, что эго больше вопрос темперамента — получается ли у детей терпеливо заниматься чем-то или нет. Наверняка и вы не раз думали, что «вон тем» родителям просто повезло, им «достался» терпеливый ребенок. Что же касается французских родителей, то они, глядя на нас, поражаются нашей безалаберности в столь важном вопросе. Для них жизнь с детьми, требующими немедленного исполнения всех своих желаний, была бы невыносима.

Однажды в Париже я рассказываю в гостях о своей книге, и хозяин дома, французский журналист, тут же вспоминает историю, приключившуюся с ним, когда он в течение года жил в Южной Калифорнии. Они с женой (она работает судьей) подружились с американской парой и решили вместе провести выходные в Санта-Барбаре. Тогда они впервые познакомились с их детьми (они были разного возраста — от семи до пятнадцати лет). С точки зрения французов, выходные вскоре превратились в кошмар. Прошло много лет, а они до сих пор вспоминают, как американские дети без конца прерывали разговор взрослых на полуслове. Кроме того, никто не ел в определенное время: дети американской пары просто подходили к холодильнику и доставали еду, когда вздумается! Складывалось впечатление, что в американской семье всем управляют дети.

— Нас поразило и обеспокоило то, что родители ни разу не сказали им «нет», — заметил мой друг, журналист.

— Эти дети творили *n'importe quoi,* — добавила его жена.

Увы, подобное поведение оказалось заразительным.

— Хуже всего было то, что и наши дети начали делать *n'importe quoi!*

Вскоре я обнаружила, что из уст французов эта фраза — *n'importe quoi* — звучит очень часто. Означает она «как душе угодно» или «как вздумается». То есть, по мнению французов, дети, ведущие себя таким образом, не знают ограничений, родители для них — не авторитет, и получается полная анархия.

А это абсолютно не соответствует французскому идеалу *cadre*, или «рамок», о которых твердят здешние родители, за соблюдением которых они строго следят. Но детям в этих рамках предоставляется достаточно большая свобода действий. В других странах родители тоже устанавливают рамки, куда же без них. Но у них совсем другие понятия об ограничениях. Настолько другие, что французов они повергают в шок.

Лоранс, няня из Нормандии, призналась мне, что больше не согласится работать в семьях иностранцев. Из последней семьи она ушла всего через два месяца, и причиной ее добровольного увольнения было отсутствие у детей понятия границ дозволенного.

— Мне было сложно из-за *n'importe quoi* — они делали, что хотели и когда хотели, — жаловалась она.

Лоранс явно не хотела меня обидеть, ведь я тоже иностранка. Однако она прямо говорит, что по сравнению с семьями французов, где она работала, в домах иностранцев плач и нытье слышатся куда чаще.

У ее последних клиентов было трое детей: восьми, пяти и полутора лет. Так вот, у пятилетней девочки нытье было «самым любимым занятием. Она ныла беспрерывно, а истерику могла закатить за секунду». По мнению Лоранс, лучше всего было бы не обращать внимания на ее капризы, чтобы не поощрять их. Однако мать девочки — она часто была дома — обычно тут же бросалась к малышке и немедленно выполняла все ее требования.

С восьмилетним мальчиком было еще труднее.

— Он каждый раз требовал все больше и больше, — со вздохом рассказывала Лоранс. — А если его капризы, с каждым разом все более изощренные, не выполняли, парень начинал биться в истерике.

Из всего этого Лоранс сделала вывод:

— В таких ситуациях ребенок менее счастлив. Он чувствует себя растерянным… В семьях с более четкой структурой — я имею в виду не строгость, а границы — всем живется намного легче.

Последней каплей было то, что мама решила посадить на диету двоих старших детей. Лоранс отказывалась, предложив просто кормить их здоровой пищей. А потом узнала, что стоило ей уложить детей спать и уйти, как приходила мать и подкармливала их сладостями.

— Они были… пухлые.

— Пухлые?

— Ну… я предпочитаю слово «пухлые», чтобы не говорить «толстые».

Конечно, не все дети ведут себя так (и не все родители). Да и юным французам порой свойственно *n'importe quoi.* Через пару лет наша Бин будет сурово отчитывать своего восьмимесячного братика:

— Tu ne peux pas faire *n'importe quoi!* (Нельзя делать все, что вздумается!)

Но правда состоит в том, что даже в собственном доме мне часто приходится наблюдать детей, ведущих себя именно так. Когда к нам приходят в гости друзья-американцы, взрослые только и делают, что ловят своих малышей или прислуживают им.

— Может, лет через пять нам удастся нормально поговорить, — шутит моя знакомая из Калифорнии, приехавшая в Париж с мужем и двумя дочерями — семи и четырех лет.

Мы целый час не могли допить чай. Они заехали к нам после того, как весь день гуляли по Парижу; за это время ее младшая дочь Рэйчел закатила несколько феерических истерик. Когда они пришли, ужин еще не был готов; услышав об этом, оба родителя заявили, что их девочки не могут больше ждать.

Но вот, наконец, мы усаживаемся за стол. Рэйчел, однако, разрешено забраться *под стол*, пока остальные (включая Бин) сидят и ужинают. Родители объясняют это так: Рэйчел устала и не может себя контролировать. Зато она уже умеет читать и скоро ее, возможно, отдадут в детский сад для одаренных.

Мы ужинаем, вдруг я чувствую, что кто-то гладит мою ногу.

— Рэйчел меня щекочет, — нервно сообщаю ее родителям. А через секунду вскрикиваю: одаренное дитя меня укусило!

Опрос, проведенный среди супружеских пар среднего класса из Канады, показал, что в присутствии детей, то есть очень часто, родители неспособны качественно проводить время вместе. Вывод неутешителен: для того чтобы побыть вместе, супругам необходимо уйти из дома без детей.

То, что детям нужны рамки, придумали не французы.

Большинство родителей и экспертов считает это важным. Однако в Америке сталкиваются две противоборствующие идеи: о необходимости соблюдения границ и о том, что дети должны самовыражаться. Иногда мне кажется, что дурацкие просьбы Бин нескончаемы: яблочный сок вместо воды, надеть наряд принцессы на прогулку в парк, высаживать ее из коляски каждые двадцать метров… Конечно, я выполняю далеко не все. Но постоянно отказывать мне тоже кажется неправильным, а возможно, даже вредным.

Мне трудно уместить в голове, что теоретически Бин могла бы высидеть обед из четырех блюд или тихо играть, пока я говорю по телефону. Не уверена даже, хочу ли я, чтобы она все это делала. Не сломит ли это ее дух? Не подавлю ли я в ней желание самовыражаться, потенциал стать следующим создателем Фейсбука? Я так нервничаю на этот счет, что нередко капитулирую перед ней.

И я такая не одна. На день рождения Бин — ей исполняется четыре — ее друг из американской семьи приносит завернутые подарки — для нее… и для себя. Мама мальчика признается: он расстроился в магазине из-за того, что подарок покупали не ему.

Моя подруга Нэнси рассказала о новом течении в воспитании детей: если не говорить им «нет», то и они никогда не ответят вам «нет». Однако во Франции столь неоднозначного отношения к слову *non* не существует. Главное родительское правило: «Ребенок должен научиться преодолевать собственные разочарования».

Зоуи, героиня моей любимой серии французских книжек для детей *Princesse Parfaite* («Идеальная принцесса»), на одной из картинок изображена тянущей маму за руку к тележке продавца блинчиков. Подпись к картинке гласит: «Проходя мимо тележки, Зоуи устроила истерику. Ей очень захотелось блинов с ежевичным вареньем. Но мама сказала *non* — ведь они только что пообедали».

На следующей странице Зоуи в наряде «идеальной принцессы» в кондитерской. На этот раз она прикрывает глаза, чтобы не видеть горы свежеиспеченных булочек. «Зоуи знает: чтобы избежать искушения, надо отвернуться», — гласит подпись. Стоит отметить, что на первой картинке — там, где Зоуи не удается получить желаемое, — она плачет; на второй ей удается отвлечься, и она улыбается. Смысл истории в том, что детям всегда хочется потакать своим порокам. Однако они будут счастливее, если проявят благоразумие и смогут обуздать себя. (А еще парижские мамочки не разрешают своим дочкам ходить по магазинам в платьях принцесс. Такие платья надевают только на дни рождения или когда играют дома.)

В книге «Счастливый ребенок» французский психолог Дидье Плё утверждает, что лучший способ сделать ребенка счастливым — позволить ему познать разочарование. «Это вовсе не значит, что надо запрещать ему играть или не обнимать его, — говорит Плё. — Надо уважать его вкусы, ритмы и индивидуальность. Но ребенок должен понять, причем с самого раннего возраста, что он не один в этом мире, и для всего есть свое время.»

Меня поражает разница в восприятии. Во время того самого отпуска, когда я увидела французских детей, спокойно обедающих в ресторанах, мы с Бин идем в магазинчик, торгующий полосатыми «морскими» футболками разных цветов. Футболки разложены на полках идеально ровными стопочками. Бин тут же хватает их и не останавливается, когда я начинаю ее ругать. Я считаю, Бин ведет себя вполне предсказуемо для маленькой девочки — то есть плохо. Каково же мое удивление, когда продавщица совершенно беззлобно произносит:

— Впервые вижу, чтобы ребенок так вел себя.

Извиняюсь и ретируюсь к выходу.

Уолтер Мишель утверждает: если постоянно уступать детям, это положит начало опасной тенденции. «Стоит детям побывать в ситуации, когда им приказывают ждать, но они кричат, и мама тут же приходит, и ожидание окончено, они очень быстро научатся *не ждать*. Нежелание ждать, непрекращающиеся крики, нытье в данном случае поощряются.»

Родители во Франции, как и в других странах, ценят индивидуальный темперамент ребенка. Но им кажется само собой разумеющимся, что любой здоровый ребенок может *не* ныть и *не* падать на пол в истерике, услышав слово «нет», *не* досаждать окружающим и *не* хватать вещи с полок в магазине. Они склонны воспринимать нерациональные требования ребенка как капризы, импульсивные желания или причуды. И спокойно отвечают отказом на эти требования.

«По-моему, француженки гораздо раньше, чем другие мамы понимают, что исполнять каждое желание раскапризничавшегося ребенка нереально», — признается в разговоре со мной знакомый педиатр. Один французский психолог советует: если ребенок начинает ныть — например, требовать игрушку в магазине, — мать должна, сохраняя полную невозмутимость, спокойно объяснить ему, что покупка игрушек не входит в ее сегодняшние планы. А затем попытаться «обмануть» капризулю, переключив его внимание на что-то другое: например, рассказать какую-нибудь историю из своей жизни. «Детям всегда интересно слушать про родителей», — уверяет психолог. (Прочитав этот

совет, я теперь в кризисные моменты кричу Саймону: «А ну-ка, расскажи историю про себя!»)

Этот же психолог утверждает, что в такие минуты мать должна поддерживать тесный контакт с малышом, обнимать его и смотреть прямо в глаза. Но она также должна дать ему понять, что «он не может получить все, что хочет, и немедленно. Очень важно, чтобы у ребенка не складывалось мнение, будто он всесилен, может делать что угодно и получить что угодно».

Родители во Франции вовсе не боятся, что такое вот знакомство с фрустрациями нанесет детям психологическую травму. Напротив, они считают, что гораздо хуже для психики ребенка, если он не умеет справляться с разочарованиями. Для детей это важнейший жизненный навык, которому они просто обязаны научиться. Только недобросовестные родители не учат этому своих детей.

— Если во время приготовления еды ребенок подходит ко мне и просит взять его на руки, — говорит Лоранс, — я отвечаю, что не могу сделать это сейчас, и объясняю почему.

Ее подопечные не всегда спокойно воспринимают отказ. Но Лоранс стоит на своем и позволяет ребенку выразить свое недовольство.

— Я не разрешаю ему плакать восемь часов подряд, но немножко поплакать можно, — уверена она. — Важно объяснить, почему иначе нельзя.

Часто ей приходится смотреть сразу за несколькими детьми. Как она поступает в такой ситуации?

— Если вы заняты одним ребенком, а другой подходит и просится на ручки, и вы можете его взять, почему бы и нет? Но если не можете, дайте ему поплакать.

Общепринятое во Франции мнение, что даже малыши способны ждать, — в некоторой степени наследие той эпохи в воспитании, когда от детей требовалось быть покорными и сидеть тихо. Но, кроме того, французы просто уверены, что даже младенцам не чуждо рациональное мышление и способность к обучению. Согласно этому подходу, бросаясь кормить Бин по первому хныку, мы относимся к ней как к человеку зависимому. А вот если бы мы допускали, что она может потерпеть, это было бы знаком уважения.

По мнению французских экспертов, умение воспринимать отказ — такой же важный шаг в развитии, как обучение сну. Дети осознают, что в мире есть другие люди и у этих людей есть потребности, которые не менее важны, чем их собственные. Один французский детский психолог пишет, что обучение терпению

должно начинаться в возрасте трех-шести месяцев. «Заставляя ребенка ждать, мать тем самым закладывает представление о времени. Маленькие разочарования, которые родители заставляют его испытывать, не переставая при этом любить, впоследствии, в возрасте от двух до четырех лет, помогут ребенку осознать, что он не всесилен. А когда фантазии о всесилии отвергнуты, ребенок становится человеком. Это превращение обязательно».

Выходит, я оказываю Бин плохую услугу, потакая ее капризам. Твердое «нет», услышанное в ответ на каприз, излечивает детей от тирании их собственных желаний. «В детстве вашим потребностям и желаниям нет конца. Это естественно. Однако родители существуют для того, чтобы положить конец череде желаний, хотя это невольно делает их источником фрустраций», — говорит Кэролайн Томпсон, семейный психолог, работающая в Париже.

Томпсон (ее мать — француженка, а отец — англичанин) отмечает, что дети часто злятся на родителей, когда те им не уступают. Многие родители интерпретируют эту злость как признак допущенной ими ошибки. «Но если ваш ребенок сердится, это вовсе не значит, что вы плохой родитель, — утверждает Кэролайн. Напротив, если родителям невыносимо чувствовать, что их ненавидят, они ни за что не станут расстраивать своего ребенка, делая его объектом собственной тирании: никто, кроме него самого, не сможет совладать с его же жадностью и потребностями. Если родители не в силах его остановить, ему самому придется себя контролировать — или не контролировать, а это куда более серьезный повод понервничать».

Взгляды Томпсон отражают мнение, в котором сходятся все французы: если детям устанавливают рамки и не ограждают от разочарований, они становятся счастливее, а их психика — более устойчивой. А один из главных способов привнести в жизнь ребенка маленькие разочарования — заставлять его ждать. Понемногу. Как и с «методом паузы», французы выбрали всего лишь один простой способ из многих и следуют ему. Умение ждать для них — не просто навык, а краеугольный камень воспитания.

Меня по-прежнему ставит в тупик общенациональный французский режим кормления детей. Как они добились того, что все дети едят в одно и то же время, хотя матери их не заставляют? Стоит мне поднять эту тему, я снова слышу старую песенку про ритмы и умение подстраиваться, про то, что все дети разные… Лишь спустя некоторое время я понимаю: некоторые

вещи во Франции просто воспринимают как должное, поэтому о них не говорят.

Во-первых, спустя несколько месяцев после рождения младенец начинает есть каждый день примерно в одно и то же время.

Во-вторых, у него должно быть несколько больших приемов пищи, а не много маленьких.

И в-третьих, ребенок должен подстраиваться под распорядок всей семьи.

Маленьких французов мягко подводят к соблюдению этих трех принципов. Энциклопедия «Ваш ребенок» разъясняет, что в течение первых недель надо наладить грудное вскармливание по требованию, а затем «последовательно и постепенно подвести ребенка к питанию в определенные часы, что не будет нарушать повседневную жизнь родителей». Если ребенок просыпается в семь или восемь утра, и родители считают, что он должен выдерживать около четырех часов между приемами пищи, постепенно он перейдет на общепринятый во Франции режим. Малыш будет есть утром, затем в полдень, послеобеденное кормление ждет его около четырех, а последнее — перед отходом ко сну, примерно в восемь вечера. Если ребенок заплачет, скажем, в половине одиннадцатого утра, родители могут решить, что ему лучше подождать до обеда и поесть как следует. Детей следует переводить на подобный распорядок постепенно, не резко. Им может понадобиться некоторое время, чтобы приспособиться к этому режиму. Придет день, и малыш привыкнет — так же, как привыкают взрослые. И вся семья сможет есть вместе.

Мартина вспоминает, как кормила Полетт. Примерно к третьему месяцу, чтобы выдержать трехчасовые перерывы между кормлениями, она брала ее на прогулку в слинге — в нем девочка моментально прекращала плакать. Тем же методом впоследствии ей удалось удлинить промежутки между кормлениями до четырех часов. По словам Мартины, она никогда не позволяла своим детям долго плакать. Постепенно они просто приспособились к режиму кормлений — четыре раза в день. «Я очень гибкий человек», — говорит она.

Главное — понять, что не только у ребенка, но и у родителей есть свой распорядок. В идеале нужно найти баланс между двумя ритмами. В книге «Ваш ребенок» говорится, что «у вас и у вашего ребенка есть права, и каждое решение представляет собой компромисс».

Педиатр Бин никогда не говорил о том, что детей нужно

кормить четыре раза в день. Когда мы приходим на очередной прием, оказывается, что он в отпуске. Вместо него принимает молодая француженка; у нее самой дочь примерно одного с Бин возраста. Когда я задаю вопрос о режиме, она отвечает, что Бин, конечно же, следует питаться четыре раза в день. Затем она берет листочек и записывает часы кормления по режиму. Ничего нового: завтрак, затем двенадцать, четыре и восемь. Позднее спрашиваю нашего постоянного педиатра, почему тот никогда не упоминал о принятом во Франции режиме. Он отвечает, что предпочитает не рекомендовать режимы кормления американским родителям, так как те начинают следовать им, как библейским заповедям.

Проходит несколько недель, и постепенно мы переводим Бин на режим. Выясняется, что она вполне способна подождать. Ей просто не хватало практики.

Йогуртовый торт *(gâteau au yaourt)*

Ингредиенты отмеряют баночками из-под йогурта емкостью 150 мл

2 баночки молочною йогурта без добавок (не обезжиренного)
2 яйца
2 баночки сахара (или одну, если не любите сладкое)
1 *чайная ложка ванили*
чуть меньше одной баночки растительного масла
4 баночки муки полчайной ложки соды
жирные сливки (по желанию)

Разогрейте духовку до 190 °С. Смажьте растительным маслом форму для выпечки диаметром около 22,5 см. Смешайте йогурт, яйца, сахар, ваниль и масло. В отдельной емкости перемешайте муку с содой. Добавьте мучную смесь к йогуртовой и аккуратно перемешайте до однородности; не вымешивайте слишком долго. К тесту можно добавить 2 баночки замороженных ягод, баночку шоколадной крошки или любую другую добавку. Выпекайте 35 минут и еще пять, если нож не выходит из центра выпечки сухим. Торт должен быть золотистым снаружи, но мягким внутри. Охладите его и подавайте к чаю с ложечкой взбитых сливок.

ГЛАВА 5
Маленькие взрослые

Бин исполняется полтора года, и мы отводим ее в Центр раннего плавания. Платные занятия организует наш городской совет, проходят они по субботам в одном из бассейнов недалеко от нашего дома.

За месяц до первого занятия организаторы приглашают родителей на информационное собрание. Мы все похожи: образованные и не прочь потолкать коляску промозглым субботним утром ради того, чтобы научить своих малышей плавать. Занятие длится 45 минут. Нам напоминают: как и во всех городских бассейнах Парижа, мужчины должны быть в спортивных плавках, а не в семейных шортах до колен. (Объясняется это, якобы, соображениями гигиены: ведь в шортах можно не только плавать, но и просто ходить, и, следовательно, на них собирается грязь.)

Мы втроем переодеваемся в общей раздевалке. Затем плюхаемся в бассейн вместе с другими родителями и детьми. Бин играет с пластиковыми мячами, скатывается с горки и прыгает с надувных плотов. Один раз за сеанс к нам подплывает инструктор, знакомится и уплывает. Не успеваем опомниться, как наша смена кончается, и в бассейн погружается новая партия родителей с детьми.

Понимаю, что это был ознакомительный сеанс, а настоящие занятия начнутся на следующей неделе. Но и в следующий раз нас ждет то же самое: мы плещемся в воде, но никто не учит Бин двигаться, задерживать дыхание — короче, плавать. Похоже, тут вообще не предусмотрено никакого организованного обучения. Время от времени к нам подплывает инструктор — убедиться, что мы хорошо проводим время. Спрашиваю его в лоб: когда же он начнет учить мою дочь плавать? Инструктор улыбается, глядя на меня, как на ребенка.

— В центре раннего плавания детей не учат плавать, — объясняет он таким тоном, будто это совершенно очевидно. (Позднее узнаю, что дети в Париже учатся плавать только лет с шести.)

Тогда зачем мы сюда пришли? По словам инструктора, цель занятий — познакомиться с водной стихией, пробудить связанные с этим ощущения.

Что-что? Бин уже познакомилась с «водной стихией» — в ванне. А я хочу, чтобы она научилась плавать! Причем чем

раньше, тем лучше, желательно уже в два года! Именно за это я платила деньги и именно по этой причине вытаскиваю всю семью из теплой кровати в ледяное субботнее утро!

Но вдруг понимаю, что все остальные родители — те, что были с нами на собрании, прекрасно знали, на что подписываются: именно на то, чтобы их дети «познакомились с водной стихией» и «пробудили ощущения».

Они вовсе не ждут, что их научат плавать. Интересно, уроки игры на фортепиано у них проходят так же — дети «знакомятся» с инструментом, вместо того чтобы учиться играть на нем?

Чуть позже до меня доходит: во всем, что касается воспитания, французы не просто что-то делают иначе. Нет, они совершенно по-другому воспринимают саму учебу, а если взглянуть шире — *самих детей.* Проблема явно философская.

В 1960-е годы швейцарский психолог Жан Пиаже приехал в Америку, чтобы поделиться своей теорией о стадиях развития ребенка. После каждой лекции кто-то из присутствующих неизменно задавал ему один и тот же вопрос, который сам Пиаже впоследствии окрестил «американским»: как ускорить развитие, быстрее проходить эти стадии?

«А зачем вам это нужно?» — удивлялся он. По его мнению, форсировать обучение ребенка нежелательно, да и невозможно. Дети проходят фазы развития в определенном темпе, руководствуясь внутренними ритмами.

«Американский вопрос» объясняет главное различие между французскими и другими родителями, не только американскими. Многие считают своим долгом подталкивать детей, стимулировать их, силой поднимать на новый уровень развития. Нам кажется, что чем быстрее наши дети развиваются, тем лучшими родителями мы являемся. В английском игровом центре некоторые мамочки хвастаются тем, что их дети берут уроки музыки или ходят еще в один центр развития — португальский. При этом часто скрывают, где именно проходят эти занятия, чтобы больше никто не мог записать туда своих детей. Эти мамы вряд ли признаются, что стремятся перещеголять остальных, однако дух соперничества витает в воздухе.

А вот во Франции родители вовсе не лезут из кожи вон, чтобы их дети стали первыми. Не стремятся научить их читать, считать или плавать как можно раньше, не пытаются сделать из них гениев. В Париже у меня не было чувства, что все мы участвуем в гонке. Безусловно, мамы записывают своих детей на теннис, фехтование и английский. Но не бахвалятся этим как доказательством своего родительского превосходства. И не пытаются скрывать, какие именно центры посещают их дети,

будто речь идет о секретном оружии. Во Франции детей водят в музыкальные школы по субботам вовсе не для того, чтобы активизировать какие-то там участки мозга: их водят, потому что детям это нравится. Как и наш инструктор по плаванию, французы считают, что важно «познакомиться» и «пробудить».

Французы и саму природу ребенка понимают иначе. Начав изучать этот вопрос, сталкиваюсь с двумя учеными, которых разделяет пропасть в двести лет. Это Жан-Жак Руссо и Франсуаза Дольто, имя которой я слышу впервые. Их идеи оказали огромное влияние на философию воспитания во Франции и актуальны по сей день.

Современная теория о том, как правильно воспитывать детей, начинается с Руссо. Сам философ был никудышным родителем (и даже не французом, как, впрочем, и Пиаже). Он родился в Женеве в 1712 году, детство его было далеко не идеальным: мать умерла через десять дней после родов, единственный брат убежал из дому, а отцу-часовщику впоследствии пришлось покинуть Женеву из-за ссоры с конкурентами. Жан-Жак остался на попечении дяди. Уже став взрослым, Руссо переехал в Париж, а своих собственных детей вскоре после рождения отдал в приют, оправдывая это тем, что пытался таким образом защитить честь их матери, бывшей швеи, нанятой им в служанки.

Но все эти злоключения не помешали ему опубликовать в 1792 году свой труд «Эмиль, или О воспитании». Речь в нем идет о воспитании воображаемого героя, Эмиля (который по достижении половой зрелости встречает чудесную Софи).

Немецкий философ Иммануил Кант сравнивал значимость этой книги с Французской революцией. Друзья-французы рассказывали, что у них «Эмиля» читают в старших классах. Влияние этой книги столь велико, что выражения и цитаты из нее есть в современном родительском лексиконе — например, о важности «пробуждения ощущений». Родители до сих пор воспринимают описанные в ней принципы как непреложную истину.

«Эмиль» вышел в свет в отчаянные для французского воспитания времена. По подсчетам парижской полиции, из 21 тысячи младенцев, рожденных в Париже в 1780 году, 19 тысяч были отданы кормилицам в Нормандию, Бургундию и прочие дали. Некоторые из этих новорожденных умерли по пути от тряски в холодных повозках. Другие погибли от небрежности кормилиц, бравших слишком много детей. Они оставляли младенцев туго спеленутыми на долгое время — якобы для того, чтобы те не навредили себе ручками.

Для родителей из рабочих семей кормилицы были дешевой

альтернативой: выгоднее было платить кормилице, чем искать того, кто будет работать в семейной лавке вместо матери. Зато матери из аристократических кругов сами делали такой выбор: принадлежность к обществу вынуждала их вести светскую жизнь, не обремененную обязанностями. Ребенок был «помехой не только супружеской жизни матери, но и ее развлечениям, — пишет эксперт по социальной истории Франции. — Ухаживать за детьми считалось неинтересно и неизящно».

«Эмиль» стал вызовом подобному мировоззрению. Автор призывал матерей кормить детей грудью, осуждал пеленание, мягкие чепчики и «детские поводки» — предметы, обеспечивавшие детскую безопасность в те времена. «Я отнюдь не стараюсь защитить Эмиля от травм — напротив, я был бы очень расстроен, если бы тот ни разу не ушибся и вырос, не имея понятия о боли, — писал Руссо. — Даже если он возьмет нож за лезвие, то едва ли схватится крепко и потому поранится не слишком глубоко.»

Философ считал, что детям для естественного развития необходима свобода. Он предлагал «ежедневно выводить Эмиля на середину поля, чтобы бегал и резвился — пусть падает хоть сто раз на дню». Его герой — ребенок, который мог свободно изучать и открывать для себя окружающий мир, позволяя своим чувствам постепенно пробуждаться. «По утрам давайте Эмилю бегать босиком — хоть летом, хоть зимой», — писал он. Руссо разрешил своему воображаемому воспитаннику прочесть всего одну книгу: «Робинзона Крузо».

До прочтения «Эмиля» мне были непонятны все эти разговоры французских воспитателей и родителей о «пробуждении чувств» и «изучении окружающего мира». На родительском собрании в детском саду, куда ходила Бин, воспитательница с восторгом рассказывала о том, что в четверг утром они водят детей в спортивный зал — не для того, чтобы заниматься, а чтобы малыши могли «познавать возможности своего тела». В детсадовской брошюре говорится, что дети должны «открывать мир с удовольствием и радостью». Центр развития рядом с нашим домом так и называется: *Enfance et Découverte* («Ребенок и познание»). Высочайший комплимент ребенку во Франции — назвать его *éveillé* (активным, живым). (В Америке «активными» обычно называют несимпатичных младенцев, чтобы не обидеть.)

Процесс пробуждения ощущений заключается в том, что малыш знакомится со всеми пятью чувствами. Активное участие родителей при этом не требуется. Ребенок познает мир, когда смотрит на небо, чувствует аромат готовящейся еды или играет

один на одеяле. Таким образом чувства обостряются, и он готовится к тому, чтобы различать ощущения. Это первый шаг на пути к превращению в утонченного взрослого, знающего толк в удовольствиях. А сам по себе этот процесс учит ребенка ощущать прелесть и вкус каждого мгновения.

Я, разумеется, эту идею поддерживаю. Разве может быть иначе? Меня удивляет другое — какое значение этому придают французы.

По мнению Жана Пиаже, мы, американцы, стремимся к тому, чтобы наши дети освоили конкретные навыки и как можно скорее достигли очередной фазы развития. Нам кажется, что успехи детей зависят от того, что делаем мы, родители. То есть наш собственный выбор и качество родительского участия очень важны. Поэтому мы и думаем, что самое главное в воспитании детей — изучить младенческий язык жестов, начать «читать раньше, чем ходить», выбрать лучшее дошкольное учреждение. Отсюда нескончаемые поиски рекомендаций от экспертов по вопросам воспитания.

В нашем маленьком парижском дворике эти культурные различия видны как нигде. Комната Бин завалена черно-белыми развивающими картинками, кубиками с алфавитом и дисками «Бейби Эйнштейн» (эффективность которых, кстати, недавно была опровергнута) — подарками друзей и родственников из Америки. Мы постоянно включаем ей Моцарта, чтобы стимулировать познавательное развитие. А вот моя соседка Анна, архитектор, даже не слышала про «Бейби Эйнштейн» и когда я ей рассказала, не сильно заинтересовалась. Дочка Анны играет в игрушки, купленные на распродажах, или просто гуляет во дворе.

Чуть позже делюсь с Анной новостью: в подготовительной группе местного детского сада появилось место, и Бин — в своем саду она старше всех — могла бы начать обучение на год раньше.

— Зачем?! — поражается Анна. — Детство заканчивается так быстро!

Исследователи Техасского университета полагают, что цель «пробуждения чувств и ощущений» не в том, чтобы способствовать развитию познавательных способностей ребенка или помочь ему продвинуться в учебе. С ними согласны французские матери. Они считают, что «пробужденные» дети разовьют в себе определенные качества характера, такие как умение полагаться на себя и не бояться разнообразия. Ну и кроме того — знакомство с различными картинами окружающей действительности, различными вкусовыми ощущениями, богатой цветовой палитрой просто приятно малышам. По признанию одной из мам: — «Удовольствия — главная жизненная мотивация.

Не было бы у нас удовольствий, незачем было бы жить».

В Париже XXI века наследие Руссо обрело две, на первый взгляд противоречащие друг другу, формы. С одной стороны, дети «резвятся в полях» (или, как в нашем случае, в бассейне). С другой — во французских семьях довольно строгая дисциплина. Ведь, по словам Руссо, свобода ребенка должна быть ограничена твердыми рамками и сильным родительским авторитетом.

«Знаете верный способ сделать ребенка несчастным? — пишет он. — Приучите его к тому, что можно получать все. Поскольку его желания постоянно растут из-за той легкости, с какой они удовлетворяются, рано или поздно беспомощность вынудит вас ответить отказом, как бы вам это ни претило. Непривычный отказ станет куда большим мучением для ребенка, чем лишение желаемого».

Согласно Руссо, родители попадают в самую большую ловушку, когда думают: раз малыш способен аргументировать, то его доводы заслуживают равного со взрослыми уважения. «Нет воспитания хуже, чем устроить борьбу мнений и вести с ребенком бесконечные споры о том, кто главнее».

У Руссо нет сомнений в том, что главнее — родители. И он часто говорит о «рамках» — основе современного французского воспитания. В идеале родители должны проявлять строгость по ряду основных вопросов, но очень спокойно относиться ко всему остальному.

Фанни, издатель, мать двух малышей, рассказывает, что еще до того, как у нее появились дети, она услышала по радио интервью с известным французским актером. Говоря о вопросах воспитания, актер облек в слова ее мысли по поводу установления рамок.

— Он сказал: «Воспитание подразумевает жесткие границы, но внутри этих границ — свобода». Мне очень нравится это высказывание. В пределах установленных рамок ребенок чувствует себя спокойно. Он знает, что может делать все что хочет, но некоторые ограничения для него неизменны.

Почти все французы, которых я встречаю, говорят о себе как о «строгих родителях». Это вовсе не значит, что они постоянно третируют своих детей. Нет, это означает лишь то, что их решения непререкаемы в определенных ключевых моментах. Так и формируется структура ограничений.

— Я всегда немножко строга, — признается Фанни. — Есть некоторые правила, к которым нельзя относиться попустительски, — это сразу отбрасывает воспитание на два шага назад. Я крайне редко отступаю от основных правил.

Эти правила касаются еды, сна и просмотра телевизора.

— В остальном — пусть делает, что хочет, — говорит она о своей дочери Люси.

Но даже внутри установленных рамок Фанни пытается предоставить Люси свободу и выбор.

— Я запрещаю ей смотреть телевизор, но разрешаю смотреть фильмы на DVD. И она сама выбирает какие. И так во всех вопросах… Когда мы утром одеваемся, говорю ей: «Дома можешь одеваться как угодно. Хочешь летнюю рубашку зимой — пожалуйста. Но как одеться на улицу, решаю я». Пока этот метод работает. Посмотрим, что будет, когда ей исполнится тринадцать!

Смысл ограничений не в том, чтобы стеснить ребенка, а в том, чтобы создать предсказуемую и понятную среду.

— Рамки нужны, иначе ребенок ощущает себя потерянным, — говорит Фанни. — Они придают уверенность. Я не сомневаюсь в своих детях, и они это чувствуют.

Однако у наследия Руссо есть и темная сторона. Когда я веду Бин на первую прививку, то качаю ее на руках и заранее извиняюсь за боль, которую ей предстоит испытать. Но французский педиатр меня отчитывает:

— Не извиняйтесь перед ребенком. Всем приходится делать уколы. К чему извиняться?

Он как будто повторяет слова Руссо: «Если чрезмерной заботой оградить ребенка от всякого дискомфорта, его ждет большое несчастье». (Интересно, что думал Руссо о суппозиториях?)

Руссо не отличался сентиментальностью. Его задачей было вырастить достойных граждан из мягкого «теста». Сотни лет мыслители считали детей *tabulae rasae* — «чистой доской». В конце XIX века американский психолог и философ Уильям Джеймс высказал мысль о том, что для младенца мир — «огромное многокрасочное, многозвучное месиво». Вплоть до XX века считалось, что процесс осознания мира и своего присутствия в нем происходит у детей очень медленно.

Во Франции идея о том, что ребенок — «половина человека», продержалась до 1960-х годов. Мне приходилось встречать сорокалетних французов, которым в детстве не разрешали подавать голос за ужином, пока к ним не обращался взрослый. Считалось, что дети должны быть *sage comme une image* («тихими, как картинка») — эквивалент старой английской поговорки, согласно которой «детей должно быть видно, но не слышно».

Лишь в конце 1960-х такое представление о детях во Франции стало меняться. В марте 1968-го студенческая акция протеста в университете в Нантерре повлекла за собой серию

бунтов по всей стране. Через два месяца 11 миллионов французских рабочих объявили забастовку, и президент Шарль де Голль распустил Национальное собрание. Хотя протестующие выдвигали вполне конкретные финансовые требования, на самом деле они добивались полного изменения образа жизни. Консервативное французское общество, в котором веками правили религия и мужчины, внезапно оказалось устаревшим. Идеалом бунтовщиков была личная свобода, которая могла бы дать женщинам возможность выбирать иную судьбу, смягчила бы жесткое классовое разграничение и обеспечила людям существование, которое не сводилось бы лишь к *métro — boulot — dodo* («метро-работа-сон»). В конце концов французское правительство подавило волнения, местами насильственно. Однако протесты оказали глубокое влияние на французское общество. (К примеру, сегодня Франция — одна из наименее религиозных стран Европы.)

Авторитарная модель воспитания также пострадала в результате событий 1968 года. Раз все равны, почему бы и детям не подавать голос за ужином? Чистый идеал Руссо — дети как «чистая доска» — больше не вписывался в новое эмансипированное французское общество. К тому же французы увлеклись психоанализом. И вдруг оказалось, что, затыкая рты детям, родители совершают ошибку в воспитании.

От детей по-прежнему требовали послушания и самоконтроля, однако постепенно, после 1968-го, самовыражение тоже стало поощряться. Молодые французские родители из моих знакомых теперь используют термин *sage* не только в значении «умеющий себя контролировать», но и «спокойно занятый своим делом». «Раньше говорили „тихий, как картинка“. Теперь — „спокойный и активный“», — поясняет французский психолог и писательница Марис Вайян, сама принадлежащая к «поколению 68-го».

В результате бунта поколений на сцену вышла Франсуаза Дольто, еще один титан французской философии воспитания. Французы, с которыми я общаюсь, — даже бездетные — поверить не могут, что американцы никогда не слышали о Дольто и лишь одна ее книга переведена на английский (сто лет назад, и с тех пор не переиздавалась). Во Франции имя Дольто известно всем и каждому, как в США некогда было на слуху имя доктора Бенджамина Спока.

В середине 1970-х Франсуаза Дольто была самым знаменитым французским педиатром и психоаналитиком. В 1976 году французская радиостанция запустила цикл ежедневных 20-минутных программ, в которых она отвечала на письма

слушателей с вопросами о воспитании. «Никто и не думал, что программу ждет мгновенный и долгий успех», — вспоминал впоследствии Жак Прадель, ведущий, которому тогда было двадцать семь лет. По словам Праделя, мадам Дольто отвечала на вопросы с «проницательностью ясновидящей».

Когда я слушаю и смотрю записи передач того периода (сохранились и телевизионные версии), то понимаю, почему беспокойные родители так верили ей. Очки с толстыми стеклами, консервативные наряды — Франсуаза Дольто была похожа на мудрую бабушку. Как и ее американский коллега доктор Спок, она обладала даром любое свое утверждение — даже самое невероятное — представлять как в высшей степени здравомыслящее.

Идеи мадам Дольто о воспитании были необычайно радикальными и соответствовали духу нового времени. Она выступала за «эмансипацию младенцев», утверждая, что дети — рациональные существа, и даже новорожденные понимают язык сразу после появления на свет. Это предположение было интуитивным, почти мистическим, но обычные французы до сих пор верят в него. Как только я прочла ее книги, сразу все встало на свои места: множество любопытных утверждений, услышанных мной от французов, на самом деле принадлежат ей — например, что с младенцами необходимо обсуждать проблему сна.

Радиопередачи Франсуазы Дольто продолжались до 1980-х; книгами с содержанием программ были завалены полки во всех французских супермаркетах. Целое поколение детей окрестили «поколением Дольто». В интервью, опубликованном в специальном выпуске журнала «Телерама» (*Télérama*) за 2008 год, посвященном Дольто, известный психоаналитик рассказал о водителе такси, который не пропустил ни одного выпуска программы. И процитировал поразившую его фразу таксиста, очень точную по своей сути: — «Она говорит с детьми так, будто они люди!»

Основная идея Дольто — это вовсе не «философия воспитания», конкретных указаний в ее книгах не найти. Однако если признать в качестве основополагающего принципа то, что дети могут рационально мыслить (французское общество признает это), многое встает на свои места. Допустим, младенцы понимают, что вы им говорите. В таком случае их можно многому научить уже в раннем возрасте.

Например, как есть в ресторане.

Франсуаза Дольто, в девичестве Франсуаза Маретт, родилась в 1908 году в многодетной обеспеченной семье в Париже. Ее

жизнь была чудесной: уроки музыки (скрипка), личный повар и павлины, разгуливающие по саду. Что впереди? Удачное замужество и примерная семейная жизнь? По крайней мере так виделось ее родителям. Однако девочка не оправдала надежд родителей. Она не была «тихой, как картинка». Прямолинейная, умеющая настоять на своем, она проявляла живой интерес к человеческой натуре. Уже в ранних письмах Франсуаза говорит об отсутствии понимания между ней и родителями. В возрасте восьми лет она вознамерилась стать «доктором воспитания», посредником между взрослыми и детьми. Такой профессии тогда не существовало, однако позже она первая ее придумала. (Дольто окончательно определилась с выбором профессиональной деятельности, встретив некогда обеспеченных женщин из своего квартала, просивших милостыню, — их мужья погибли во время Первой мировой войны. «Я стала свидетелем того, как бессильны буржуазные вдовы, не имеющие профессии», — писала она.)

В начале XX века француженкам впервые разрешили заниматься профессиональной деятельностью. Как Симона де Бовуар, тоже родившаяся в 1908-м, Франсуаза Дольто была среди девушек, допущенных к бакалавриату — экзамену в старших классах, сдав который можно было поступить в университет.

Экзамен она сдала, но, уступив давлению родителей, пошла учиться на медсестру. Лишь когда ее младший брат Филипп выразил желание стать врачом, ей тоже было позволено поступить на медицинский факультет.

Дольто посещала сеансы психоаналитика, что для тех времен было необычным. Зачем? — недоумевали родственники. В письме 1934 года отец Франсуазы высказывает надежду, что психоанализ поможет ей «изменить себя», стать, как говорится, «настоящей женщиной», что «добавит шарма ее прочим качествам». Но у самой Франсуазы были другие цели. Сеансы под руководством Рене Лафорга, основавшего первый во Франции институт психоанализа, помогли ей осуществить детскую мечту — стать «доктором воспитания». Она выучилась на психоаналитика и педиатра, прошла стажировку в лучших клиниках Франции.

Дольто была прекрасной матерью своим троим детям, что для эксперта по воспитанию довольно необычно. Вот что писала о своих родителях ее дочь Катрин: «Нас никогда не заставляли делать домашнюю работу. Но за плохие оценки ругали, как и всех. Каждый четверг меня наказывали за плохое поведение. Мама говорила: „Ты сама виновата, что тебя наказали. Когда надоест получать по заслугам, научишься держать язык за зубами“».

Дольто отвергала распространенное мнение о том, что при

детских заболеваниях следует устранять только физические симптомы. (В те времена страдающих энурезом все еще подсоединяли к устройству «пипи-стоп», бившему электрическим током.) Беседуя с детьми, она сделала вывод: у физических симптомов часто бывают психологические корни. «А вы сами что думаете по поводу своей жизни и своей болезни?» — спрашивала она своих крошек-пациентов.

Дольто прославилась тем, что в конце каждого сеанса брала у детей постарше «плату» за лечение. Обычно в качестве оплаты выступал какой-нибудь предмет, например камушек. «Доктор воспитания» и здесь осталась верна своей идее: дети — *самостоятельные существа*, способные расплачиваться сами.

Идея о том, что дети достойны уважения, распространялась даже на младенцев. Бывшая ученица Дольто вспоминает, как Франсуаза общалась с раскапризничавшимся младенцем нескольких месяцев отроду: «Все ее чувства обострились, она тщательно прислушивалась к эмоциям, пробужденным в ней плачем ребенка. Но не для того, чтобы утешить его, а чтобы понять, *о чем* малыш хочет ей сообщить».

Ходят легенды о том, как Дольто подходила к ревущим младенцам в больнице и терпеливо объясняла им, почему они находятся в этом месте и где сейчас их родители. Малыши тут же затихали.

Все это совсем не похоже на распространенный метод общения с грудными детьми: мол, малыши распознают голос матери или затихают под успокаивающие звуки.

Метод Дольто не имеет отношения к обучению ребенка речи или к техникам раннего развития, нацеленным на то, чтобы превратить малыша в очередного Эйнштейна. Нет, Франсуаза Дольто мыслила шире. Она пыталась донести до родителей, насколько важно содержание того, что говорится непосредственно ребенку либо в его присутствии. Прежде всего родители должны говорить детям правду, как бы подтверждая то, что те и так уже знают. Дольто считала, что дети еще в утробе начинают «подслушивать» взрослые разговоры и интуитивно «считывать» проблемы и конфликты. Еще до появления сонограмм она представляла разговор между матерью и ребенком, которому всего несколько минут от роду, примерно таким: «Понимаешь, мы тебя ждали. Ты — маленький мальчик. Может быть, ты слышал, как мы говорили, что хотим девочку. Но теперь мы очень счастливы, что у нас родился мальчик».

Дольто настаивала на том, что малыш должен участвовать в разговорах о разводе родителей с полугодовалого возраста. Когда умирает бабушка или дедушка, ребенка следует брать на

похороны, пусть и ненадолго. «Пусть кто-то из родных пойдет с ним и объяснит: сегодня мы хороним дедушку. Это часть жизни в обществе».

В предисловии к книге Дольто «Когда родители разводятся» социолог из Массачусетского технологического института Шерри Теркл писала, что, по мнению автора, «для ребенка важнее не то, что всегда приносит радость, а то, что он способен рационально осмыслить». В этой же книге говорится, что больше всего ребенку необходим «упорядоченный внутренний мир, благодаря которому он сможет стать самостоятельным и развиваться».

Зарубежные психоаналитики критиковали Дольто за то, что та слишком полагается на интуицию. Но во Франции ее интуитивные предположения удовлетворяют родителей как с интеллектуальной, так и с эстетической точки зрения. А вот представителям других культур идеи Дольто, скорее всего, показались бы странными. Во времена Дольто многие находились под влиянием доктора Спока, который родился пятью годами позже, чем она. Спок писал, что ребенок способен понять, что у него будет младший брат или сестра, лишь в возрасте полутора лет. В основе его теории лежала необходимость прислушиваться к родительским чувствам, но не к детям. «Верьте себе. Вы знаете гораздо больше, чем вам кажется», — так звучит знаменитая первая строка его энциклопедии «Ребенок и уход за ним».

Дольто исповедовала совсем другие взгляды. Даже в пожилом возрасте, будучи тяжело больной, она садилась на пол со своими маленькими пациентами, чтобы увидеть мир их глазами. Об увиденном она рассказывала со свойственной ей прямолинейностью: «Если после рождения ребенка его старший брат или сестра не проявляют ревности… это очень плохой знак. Старший ребенок *должен* ревновать, потому что для него появление маленького — проблема: в первый раз он видит, как все восхищаются ребенком младше него».

Франсуаза Дольто настаивала на том, что мотивы Детей всегда рациональны, даже если поведение — хуже некуда, и говорила, что родители должны чутко прислушиваться к детям, чтобы понять эти мотивы. «Если ребенок реагирует необычно, у него всегда есть на то причина… Когда ребенок вдруг начинает вести себя не так, как всегда, наша задача — понять, что же произошло.»

В одной из книг она приводит пример в маленького ребенка, который на улице вдруг отказывается идти дальше. Для родителей это всего лишь внезапный приступ упрямства. Но у ребенка всегда есть причина. «Мы должны попытаться понять его. Какая это причина, мы пока не знаем, но можно же над этим

задуматься. Главное — не драматизировать ситуацию.»

В одной из статей, посвященных столетнему юбилею Дольто, известный французский психоаналитик Мюриэль Джереби-Валентин таким образом подытожила ее учение: «Человеческие существа общаются друг с другом. Среди них есть большие и маленькие. Но главное — они общаются».

«Ребенок и уход за ним» Спока, кажется, содержит все возможные вопросы, которые только могут возникнуть у родителей: от закупорки слезных протоков до воспитания ребенка в семьях гомосексуалистов (это уже в посмертном издании). А вот книги Дольто умещаются в кармане. Вместо множества конкретных указаний она каждый раз возвращается к основным принципам воспитания, которых не так уж и много. Она как будто ждет, что родители сами задумаются над ними.

Принимать участие в передачах на радио она согласилась при условии, что будет отвечать на письма родителей, но не на телефонные звонки. Ей казалось, что, изложив проблему на бумаге, родители сумеют приблизиться к ее решению. Прадель, ведущий программы, вспоминает ее слова: — «Вот увидите, однажды мы получим письмо от кого-то, кто напишет: „Посылаю вам эти страницы, но, кажется, я уже все понял“. И такое письмо мы действительно получили».

Как и Бенджамина Спока, Дольто иногда обвиняют в том, что из-за нее началась волна вседозволенности в воспитании — особенно в 1970-1980-е. И действительно, ее советы легко можно интерпретировать именно так. (Некоторым родителям так и казалось: слушая, что говорит ребенок, мы должны делать все, что он говорит.)

Однако ее идеи были далеки от вседозволенности. Она считала, что родители, прислушиваясь к детям, должны объяснять им, что происходит в мире, что их окружает. Но в этом мире существуют также и многочисленные ограничения, и ребенок, будучи существом рациональным, способен осознать и принять их. Дольто вовсе не намеревалась опровергнуть модель Руссо, в которой ребенок поставлен в определенные рамки. Напротив, она хотела сохранить эту модель, добавив в нее немного человечности и уважения к детям — то, чего так не хватало во Франции образца 1968 года.

Родители, которых я встречаю в Париже в наши дни, кажется, сумели найти равновесие: они внимательны к детям, но четко знают, «кто в доме хозяин». Во Франции родители всегда прислушиваются к своим детям. Но если маленькой Агате захочется на обед шоколадного торта, она вряд ли его получит.

Как и Руссо, Франсуаза Дольто для французов — царь и бог в

том, что касается воспитания. Если малышу снится кошмар, его «всегда можно утешить, поговорив с ним», заявляет Александра, воспитательница детского сада.

— Я обеими руками за то, чтобы разговаривать и общаться с детьми, даже с самыми маленькими. Они все понимают. Мне так кажется.

Французский журнал «Родители» (*Parents*) утверждает, что, если ребенок боится незнакомцев, мать должна заранее предупредить его, что у них будут гости. А когда раздастся звонок в дверь, надо «сказать, что гость пришел, и пойти открывать дверь. Если малыш не заплачет, когда в комнату войдет незнакомый человек, надо похвалить его».

Мне не раз приходилось слышать о том, как после выписки из роддома во Франции родители приносят новорожденного домой и тут же устраивают ему «экскурсию по дому». (86 % француженок разговаривают со своими новорожденными детьми.)

Вообще французы часто объясняют детям, что происходит: «вот я беру тебя на руки», «меняю подгузник…», «готовимся купаться…» И это не просто, чтобы успокоить малыша, — нет, ему сообщают нужную информацию. А поскольку ребенок такой же человек, родители с ним обычно вежливы. (К тому же никогда *не рано* привить малышу хорошие манеры.)

На практике вера в то, что младенцы понимают, что им говорят, и способны реагировать соответствующе, дает впечатляющие результаты. Ведь это означает, что малыша можно с пеленок научить спать по ночам, правильно вести себя за столом, есть в определенные часы и не мешать родителям. Другими словами, можно рассчитывать, что малыш хоть чуть да подстроится под нужды взрослых.

Мне удается испытать это на себе, когда Бин исполняется десять месяцев. Уже умея вставать, она опирается на книжный шкаф в гостиной, выдергивает из него все книги, которые только может достать, и бросает их на пол. Меня это, конечно, раздражает. Но мне кажется, ее нельзя останавливать. Обычно я поднимаю книги и ставлю их на место. Но однажды утром к нам в гости заходит знакомая француженка Лара. Увидев, как Бин швыряет книги, она сразу же садится на пол рядом с ней и объясняет терпеливо, но твердо: «Так нельзя». А потом показывает, как ставить книги обратно на полку, и велит Бин заняться этим. При этом она все время повторяет французское слово *doucement* (аккуратно). (После этого я замечаю, что французы в разговорах с детьми часто говорят *doucement.)* К моему изумлению, Бин слушает Аару и подчиняется ей.

Этот случай продемонстрировал, как велика культурная

пропасть между мной и Ларой как родителями. Я-то думала, что Бин — симпатичное, но неуправляемое существо, с большим потенциалом, но совершенно неспособное себя контролировать. Если иногда она ведет себя хорошо, то это что-то вроде рефлекса у животных, ну или просто везение. Ведь она даже говорить не умеет, и у нее даже волосы еще не выросли!

Но Лара (тогда у нее детей еще не было, а сейчас — две идеально воспитанные дочери) посчитала, что даже в возрасте десяти месяцев Бин способна понимать язык и научиться себя контролировать. Она была уверена, что если Бин захочет, то сможет все сделать *doucement* — аккуратно. И ведь правда.

Франсуаза Дольто умерла в 1988 году. Некоторые из ее интуитивных догадок в области детской психологии впоследствии нашли научное подтверждение. Например, ученые выяснили, что можно определить, какие предметы ребенку знакомы, в зависимости от того, как долго он на них смотрит. Как и взрослые, дети дольше задерживают взгляд на предметах, которые вызывают у них удивление. С начала 1990-х годов исследования, проведенные этим методом, показали, что «младенцы способны решать простейшие арифметические задачи с предметами», они «понимают, что такое мыслительная деятельность, а также имеют определенное представление о том, как люди думают и почему совершают те или иные поступки» (об этом пишет психолог из Йельского университета Пол Блум).

Исследование, проведенное в университете Британской Колумбии, показало, что восьмимесячные дети способны понять, что такое вероятность. Существуют доказательства, что у детей есть понятие о морали! Блум и его коллеги показывали 6-и 10-месячным младенцам нечто вроде кукольного представления, в котором кружок пытался взобраться на горку. В этом ему помогал «добрый» помощник, а «злой» толкал кружок вниз. После представления малышам принесли на подносе «доброго» и «злого». Почти все выбрали «доброго»! «Детей с самого раннего возраста притягивают добрые персонажи и отталкивают злые», — делает вывод Пол Блум.

Разумеется, эти эксперименты не доказывают, что дети *понимают* речь, как предполагала Дольто. Однако они подтверждают, что младенцы с пеленок способны мыслить рационально. Восприятие грудного ребенка вовсе не представляет собой «многокрасочное, многозвучное месиво». И нам, взрослым, следовало бы думать о том, *что* мы ему говорим.

ГЛАВА 6
Ясли?

Когда я звоню маме сообщить, что Бин приняли в государственные парижские ясли, на том конце провода повисает долгая пауза.

— Ясли? — наконец произносит она.

Все мои американские подруги реагируют так же скептически.

— Ни за что не отдам своего в ясли, — фыркает одна; ее сыну девять месяцев — столько же, сколько будет Бин, когда она впервые пойдет в группу. — Ему нужно больше внимания!

Но стоит моим французским соседям узнать, что Бин берут в ясли — *crèche*, детские учреждения, работающие полный день, — они меня поздравляют чуть ли не с шампанским!

Отношение к яслям, пожалуй, характеризует различия между французами и нефранцузами сильнее всего. Например, мамы-американки, не в восторге от них. Это еще мягко говоря. Само слово «ясли» вызывает у них ассоциации с педофилами и тускло освещенными комнатами, в которых орут дети в грязных подгузниках.

«Моему ребенку нужно больше внимания» — на самом деле это эвфемизм для снобистского «в отличие от тебя, я люблю своего ребенка и не собираюсь отдавать его непонятно куда». Те, кому это по карману, нанимают няню на полный день, а другие, у кого таких возможностей нет, отправляя малышей в ясли, мучаются угрызениями совести.

Дело в том, что подготовительные группы детского сада в конце концов стали частью американской системы бесплатного образования. Но ясли до сих пор остаются заведениями преимущественно частными. Средний класс и эксперты по воспитанию долгое время сходились во мнении, что маленькие дети должны быть под присмотром матери, и государство на этой стадии воспитания вмешиваться не должно, за исключением кризисных периодов.

Одним таким кризисом был период Великой депрессии. В 1933 году правительство США открыло «экстренные ясли», не скрывая, что сделано это с определенной целью — создать новые рабочие места. Большинство государственных яслей закрылись сразу же по окончании периода экономического спада.

Второй кризис разразился, когда США вступили во Вторую мировую войну: кому-то нужно было присматривать за детьми

«клепальщицы Рози». В период с 1942 по 1946 год больше всего яслей появилось в Калифорнии, где было сосредоточено основное военное производство, плата за ясли поначалу составляла всего 50 центов в день. Однако, когда война закончилась, правительство объявило, что ясли закрываются, и матери снова могут вернуться к домашним делам. Не всем это понравилось. Первая леди США Элеонор Рузвельт писала: «Многие думали, что ясли — всего лишь чрезвычайная мера на время войны. Но были и те, кто надеялся, что, возможно, необходимость в них сохранится в любое время». Несколько яслей финансировали еще пару лет, но и их в конце концов закрыли.

Необходимость поддержать родителей снова возникла в 1960-е годы, с появлением новых исследований, доказывающих, что неблагополучные условия в раннем детстве приводят к проблемам в более зрелом возрасте. Так возникла организация *Head Start,* финансирующая детские сады для детей из очень бедных семей. Но поскольку все больше женщин предпочитали выходить на работу, вопрос ухода за детьми становился все более проблематичным. В 1971 году Конгресс США предложил на рассмотрение «Акт о раннем детском образовании». Его целью было организовать профессиональную подготовку кадров для яслей и детских садов и сделать качественные детские учреждения доступными и недорогими. Однако президент Никсон отверг этот акт, заявив, что его авторы поддерживают «коммунистический подход к воспитанию детей в противовес семейному» (яркое проявление психологии времен «холодной войны» — боязнь всего коммунистического — плюс укоренившийся стереотип о том, что матери должны сами ухаживать за детьми).

В 1980-е годы возник новый повод для неоднозначного отношения к дошкольным детским учреждениям: серия обвинений в педофилии владельцев и сотрудников яслей. Многие из них оказались полной ерундой, а подозреваемые были оправданы — выяснилось, что на детей, дававших показания, оказывали давление.

Журналистка Маргарет Талбот писала, что в начале 1980-х даже самые невероятные дела такого рода люди принимали на веру, так как американцы слишком переживали по поводу того, что матери маленьких детей торопятся выйти на работу. «Люди словно испытывали какое-то извращенное облегчение, сменив назойливый повседневный страх за детей на мысли о худшем из того, что вообще может случиться.»

Что же касается французов из среднего класса — врачей,

архитекторов, моих коллег-журналистов — то они готовы глотку друг другу перегрызть за заветное место в яслях поближе к дому, работающих пять дней в неделю, с восьми утра до шести вечера. Мамы записываются в них еще во время беременности, а когда приходит время, буквально вымаливают местечко для своего ребенка. Поскольку ясли государственные, с родителей берется плата, в зависимости от уровня дохода.

— Идеальная система, просто идеальная, — восхищается моя подруга-француженка Эстер, адвокат, чья дочь пошла в ясли в девять месяцев.

Даже те мои подруги, кто не работает, все равно пытаются пристроить детей в ясли. В качестве альтернативы рассматриваются ясли на неполный день или няня (на нянь выдают государственные субсидии, о чем подробно написано на сайте правительства).

У меня голова идет кругом. Станет ли мой ребенок агрессивным, не почувствует ли себя брошенным? Не нарушится ли привязанность между матерью и ребенком? Или, напротив, Бин социализируется, станет «живой и активной» и «получит квалифицированный уход», в чем не перестают уверять меня знакомые французы?

Впервые начинаю волноваться, что наш с Саймоном межкультурный эксперимент зашел слишком далеко. Одно дело — научиться держать вилку в левой руке и перестать улыбаться незнакомцам. Совсем другое — подвергнуть собственного ребенка странному и потенциально травматичному опыту, загубив ему полдетства. Не слишком ли мы офранцузились? Фуа-гра пусть пробует, но ясли?

Решаю навести справки о детском учреждении со столь странным названием. Почему ясли? В яслях ведь Иисус родился.

Оказывается, история французских яслей восходит к 1840-м годам. Тогда заместителем мэра парижского Первого округа был Жан-Баптист-Фермен Марбо, амбициозный молодой адвокат, полный рвения служить людям. В разгар промышленной революции в больших городах, в том числе в Париже, было множество женщин, приехавших из провинции работать швеями и на фабриках. Марбо поручили провести инспекцию бесплатных детских садов для детей от двух до шести лет. Сделав это, он впечатлился: «Как прекрасно заботится общество о детях малоимущих!» Но ему не давал покоя другой вопрос: а кто заботится о детях до двух лет, пока их матери работают? Сверившись со списком малоимущих своего округа, Марбо нанес визит нескольким матерям. «Из дальнего угла грязного двора

позвал я мадам Жерар, прачку. Та спустилась ко мне, не желая, чтобы я вошел в ее дом, ибо тот был слишком грязен для глаз моих (ее слова). В руках она держала новорожденного, а рядом стоял младенец полутора лет.»

Марбо выяснил: пока мадам Жерар стирает белье, ее дети остаются с няней. Это стоит 70 сантимов в день — примерно треть дневного заработка Жерар. Няня тоже из бедных; когда Марбо навестил ее, она как раз «занималась делом, приглядывая за тремя маленькими детьми на полу убогой комнатушки».

Для парижской бедноты XIX века подобное было далеко не худшим вариантом. Ведь некоторые матери попросту запирали детей в доме, а то и привязывали к кроватям на целый день. Детям постарше нередко поручали присматривать за младшими пока мать была на работе. Грудных отправляли к кормилицам, где условия подчас были и вовсе опасны для жизни.

И тут Марбо пришла в голову идея создать… ясли. (Название должно было вызывать ассоциации с уютными яслями, в которых родился младенец Иисус.) По мысли Марбо, эти ясли должны были стать местом, где детей до двух лет можно было бы спокойно оставлять на весь день. Финансирование — от обеспеченных спонсоров, которые занимались бы инспекцией. Марбо представлял себе это учреждение как скромное, но безупречно чистое помещение, где няни присматривают за младенцами и заодно читают матерям лекции о гигиене и морали. С матерей планировалось брать лишь пятьдесят сантимов в день. А те, чьи дети все еще находились на грудном вскармливании, могли приходить дважды в день и кормить малышей грудью.

Идея Марбо нашла отклик у властей. Вскоре созвали комитет для изучения проекта, и Марбо отправился на поиски спонсоров. Как всякий проницательный сборщик средств, он взывал не только к человечности, но и к экономической заинтересованности. «Эти дети — ваши сограждане, ваши братья. Они бедны, несчастны и слабы, и вы должны прийти им на помощь, — писал он в уставе яслей, опубликованном в 1845 году. — Вам под силу спасти жизни 10 тысяч детей, так что поспешите: 20 тысяч дополнительных рабочих рук не будут лишними! Рабочие руки — значит, более высокая производительность; а более высокая производительность приносит прибыль.» Он добавлял также, что благодаря яслям матери могут больше не волноваться за своих детей и «посвятить себя работе со спокойной совестью».

Марбо установил часы работы яслей — с пяти тридцати утра до восьми тридцати вечера (смена фабричного работника). Судя

по его описанию, жизнь матерей в то время не слишком отличалась от распорядка мам сегодняшних: «Женщина встает в пять утра или раньше, одевает ребенка, успевает сделать кое-какие домашние дела, бежит в ясли и на работу… в восемь вечера спешит обратно, забирает ребенка и грязные пеленки, бежит домой и укладывает бедное дитя спать, затем стирает пеленки, чтобы к завтрашнему дню те высохли, и так каждый день! Как она все успевает?»

Доводы Марбо оказались убедительными, и вскоре на рю де Шайо в Париже, в помещении, предоставленном спонсорами, открылись первые ясли. Двумя годами позже их было уже тринадцать. Впоследствии число яслей продолжало увеличиваться.

После Второй мировой войны французское правительство продолжило открывать ясли под эгидой службы защиты матери и ребенка. Была создана официальная программа подготовки воспитательниц (по-французски — *puéricultrice)* — эти женщины специализировались по уходу за новорожденными и детьми младше двух лет.

К 1960-м годам малоимущее население во Франции уже не находилось в столь отчаянном положении, к тому же малоимущих стало меньше. Однако все больше мам из среднего класса теперь работали, и ясли стали для них привлекательной перспективой. За десять лет число мест в яслях почти удвоилось, достигнув в 1971 году 32 тысяч. Теперь, если матери не удавалось получить место в яслях, это было серьезным поводом для расстройства. Ясли вдруг стали *обязательным* пунктом программы для работающих мам.

Появились и разновидности яслей: неполного дня, «семейные» (организованные самими родителями), корпоративные (для сотрудников компаний). Под влиянием Франсуазы Дольто, убежденной, что дети — тоже люди, на уход за ребенком взглянули по-новому, перестав рассматривать его исключительно как попытку уберечь малыша от болезней и возможного влияния улицы. Вскоре к яслям стали применять модные в среднем классе словечки вроде «социализация» и «познание».

Впервые о преимуществах яслей я узнала, когда была беременна, — от Дитлинд, моей подруги, уроженки Чикаго, переехавшей в Европу по окончании колледжа. Дитлинд говорит по-французски без запинки и называет себя «феминисткой», что в ее устах звучит очаровательно. Она одна из немногих моих знакомых, кто действительно старается сделать наш мир лучше.

Единственный ее недостаток — она совсем не умеет готовить. Ее семья не умерла с голоду лишь стараниями «Пикар», сети супермаркетов готовой еды.

Несмотря на все это, Дитлинд — образцовая мать. Поэтому, когда она сообщает мне, что двое ее сыновей ходили в ясли рядом с моим домом, я беру это на заметку. По словам Дитлинд, эти ясли просто замечательные. Прошло уже несколько лет, а она по-прежнему здоровается на улице с директрисой и воспитательницами. Да и мальчики с радостью вспоминают те дни. Их любимая воспитательница сама стригла их!

Как настоящая подруга Дитлинд предлагает замолвить за меня словечко перед директрисой. И все время повторяет: мол, эти ясли «самые обычные». Не знаю, как это понимать. Или она думает, что мне нужны дизайнерские кроватки? А может, «самые обычные» — эвфемизм для «убогие» (но при этом «замечательные»)?

Перед своей мамой я изображаю из себя бесстрашную космополитку, но по правде, многие ее сомнения гложут и меня. Ясли муниципальные — звучит страшновато. Все равно что отвести Бин на почту или в департамент автотранспорта. Так и вижу свою девочку плачущей в кроватке, а мимо шныряют бездушные бюрократы… Может, мне действительно нужны не «самые обычные» ясли, что бы это ни значило. Или вообще никуда Бин не отправлять?

К сожалению, выбора у меня нет. Я не дошла и до середины книги, которую должна была дописать еще до рождения дочери. После родов взяла отпуск на несколько месяцев, а теперь сроки, и так уже продленные, совсем поджимают. Мы наняли чудесную няню, филиппинку Аделин, — та приходит по утрам и сидит с Бин весь день. Но проблема в том, что я работаю дома, в маленьком кабинетике. И не могу удержаться, чтобы не давать ценные указания дочке или няне, что бесит их обеих. Бин, кажется, уже начала понимать *тагалог*, основной филиппинский диалект. Но меня удручает не то, что Аделин общается с ней на тагалоге, а то, что она, похоже, делает это в местном «Макдональдсе», потому что каждый раз, когда мы проходим мимо, Бин показывает пальцем и радостно визжит. Так что не исключено, что «самые обычные» ясли в нашем случае лучше няни.

К моему удивлению, в яслях нам теоретически обещают местечко — благодаря стараниям Дитлинд. Начинаю понимать, что ясли — это невообразимо удобно. Те, что советует Дитлинд, — в пяти минутах пешком. Есть еще одни — напротив нашего дома. Я могла бы забегать и кормить Бин грудью, а заодно

вытирать сопли — совсем как прачка из XIX века.

Но главным образом я готова согласиться на ясли потому, что мне все труднее и труднее справляться с давлением знакомых французов. Анна и прочие мамочки из нашего двора на все лады расхваливают это заведение. В конце концов мы с Саймоном решаем, что шансы попасть в ясли, несмотря на договоренность с директрисой, минимальны, поэтому идем в городской совет и подаем официальную заявку.

Почему многие американцы так скептически настроены в отношении яслей? Ответ на этот вопрос также уходит корнями в XIX век. В середине этого века новости об изобретении Марбо достигли Америки, тоже не избежавшей ужастиков с детьми, привязанными к кроватям.

Любопытствующие филантропы отправились в Париж, и ясли их поразили. В течение нескольких десятилетий благотворительные заведения для детей малоимущих работающих мам открылись в Бостоне, Нью-Йорке, Филадельфии и Буффало. Некоторые сохранили свое французское название — *crèche*, другие стали именоваться детскими садами. К 1890 году в Америке было 90 яслей. Во многие отдавали своих детей недавние эмигранты. Ведь им нужно было оградить их от улицы и воспитать настоящими американцами.

В начале XX века в Штатах возникло целое движение по организации садов для детей от двух до шести лет. В основу этого движения легли идеи о важности раннего обучения и стимуляции эмоционального и общественного развития детей. Но с самого начала сады были ориентированы на американцев из обеспеченных и средних слоев общества.

Американский средний класс относится к яслям настороженно. Отчасти из-за подачи: «Вот если бы они назывались центрами раннего обучения от нуля до пяти лет, — другое дело», — говорит Шейла Камерман, профессор Колумбийского университета, уже несколько десятилетий изучающая работу детских дошкольных учреждений. Американцев беспокоит, как именно пребывание в садике влияет на неокрепшую детскую психику. Мне приходилось читать о том, что дети, посещающие ясли и детские сады, отстают в развитии и со временем становятся более агрессивными; кроме того, нарушается связь с матерью. Некоторые мамы увольняются с работы, лишь бы не отдавать детей в ясли. И нередко оказываются правы: американская система воспитания неоднородна по качеству, никаких общенациональных стандартов нет. Поданным Министерства труда, воспитатели детских садов

зарабатывают меньше уборщиков; недовольство оплатой, отсутствие льгот и стрессовые условия труда вынуждают многих увольняться, текучка составляет около 35 % в год.

Разумеется, есть и хорошие сады, но они либо непомерно дорогие, либо корпоративные — для сотрудников компаний. Зато плохие сады — сплошь и рядом, особенно страдают от плохих условий содержания дети из бедных семей.

Есть и детские центры (как правило, дорогие), где к воспитанию относятся как к подготовительной ступени перед колледжем. Одна компания из Колорадо сообщала в рекламе, что в ее центрах «дети обучаются грамоте до года».

В Париже около трети детей до трех лет посещают ясли; многие ходят в «домашние» ясли (в пригородах государственных учреждений по-прежнему не так много). Француженки, конечно, знают о существовании педофилов, но убеждены, что в яслях столкнуться с ними невозможно. В присутствии квалифицированных взрослых, считают они, их дети находятся в большей безопасности, чем «наедине с незнакомым человеком». Француженки явно предпочитают ясли услугам частных нянь, работающих на дому, — здесь их иногда называют «мамиными ассистентами». «Если ребенку предстоит на весь день оставаться с кем-то вдвоем, пусть уж это буду я», — говорит одна из мам. По ее словам, если бы место в яслях им не досталось, часть мам бросила бы работу.

Француженок не меньше других заботят переживания, связанные с первым посещением яслей. Но они склонны рассматривать это как свою личную проблему. «Во Франции родители не боятся отправлять детей в ясли, — отмечает Мари Виринк, социолог Министерства труда Франции. — Напротив, им кажется, если места не достанется, их дети чего-то недополучат».

Во французских яслях детей не учат читать, там нет ничего из программы «раннего развития». Они просто общаются с другими детьми. В Америке лишь некоторые родители указывают общение в числе преимуществ детских садов. Но во Франции об этом говорят все. «Я была уверена, что ясли пойдут ей на пользу, ведь это путь к социализации», — говорит моя подруга Эстер (ее дочка стала посещать ясли в возрасте девяти месяцев).

К тому же во Франции родители считают само собой разумеющимся, что за детьми в яслях ухаживают на высшем уровне. Самая серьезная жалоба, найденная мной на французских форумах, заключалась в том, что одному ребенку на обед принесли равиоли и мусаку — два слишком тяжелых блюда. «Я отправила им письмо, и мне ответили, что шеф-повара в тот день не было на месте, — пишет расстроенная мамочка и мрачно

добавляет: — Посмотрим, что будет в другие дни.»

Полная уверенность в том, что ясли несут одну только пользу, избавляет мам от сомнений и чувства вины. Моя подруга Элен, инженер, в первые годы после рождения младшей дочери не работала. Но при этом не испытывала ни малейших угрызений совести, отправляя ее в садик на пять дней в неделю. Отчасти она делала это, чтобы иметь время для себя, но также потому, что не хотела лишать дочь общения со сверстниками.

Основной вопрос, волнующий французов в отношении детских учреждений, — обеспечить как можно больше мест. Во Франции сейчас бум рождаемости, и все политики — неважно, от какой партии, — включают в свои предвыборные обещания строительство новых яслей и расширение уже имеющихся. Есть даже программа, в рамках которой неиспользуемые площади на вокзалах планируется переоборудовать в ясли для тех, кто ездит на работу на электричках (особое внимание при этом уделяется звукоизоляции).

Борьба за место в уже существующих яслях ведется довольно ожесточенно. Раздачей заветных мест в каждом из двадцати парижских округов занимается специальный комитет. В Париже женщины могут подавать заявку уже на шестом месяце беременности. Однако женские журналы советуют встретиться с директрисой выбранного заведения сразу после того, как тест на беременность покажет положительный результат!

Преимущества имеют родители-одиночки, многодетные семьи, семьи, в которых родились двойняшки, родители приемных детей и семьи, «испытывающие особые сложности». Как попасть в эту последнюю довольно туманную категорию, горячо обсуждается на интернет-форумах. Одна из мам советует написать в городской совет, что вам необходимо срочно выйти на работу, сопроводив письмо рассказом о безуспешном поиске других вариантов присмотра за детьми. Копию письма отослать губернатору, еще одну — президенту Франции и назначить личную встречу с окружным мэром. «Приходите с ребенком на руках, лицо отчаянное, и пересказываете ту же историю, что в письме, — поучает она. — Работает на сто процентов».

Мы с Саймоном решаем обыграть наше единственное преимущество: то, что мы иностранцы. В письме, приложенном к заявке, мы подчеркиваем, как важно для нас, что Бин растет билингвой (на самом деле она еще и слова не сказала), и описываем все плюсы для французских детей от того, что с ними будет воспитываться англоговорящий ребенок.

Встречаясь с директрисой по рекомендации Дитлинд, пытаюсь одновременно очаровать ее и напустить на себя

отчаявшийся вид. В городской совет названиваю раз в месяц (почему-то активным выбиванием места приходится заниматься мне, а не Саймону; впрочем, так обстоит дело в большинстве французских семей), напоминаю им о том, «как необходимо нам это место». Поскольку я не француженка и голосовать все равно не могу, президента решаю оставить в покое.

И, как ни удивительно, я своего добиваюсь. Из городского совета приходит письмо: Бин выделяют место в яслях с середины сентября — ей как раз будет девять месяцев. Звоню Саймону, торжествуя: мы, иностранцы, побили местных на их же поле! Успех изумляет и кружит голову. Но у нас возникает чувство, что мы выиграли приз, который не заслужили; более того, может, он нам и не нужен?

Отводя Бин в первый день в ясли, я все еще сомневаюсь. Здание яслей стоит в тупике — это трехэтажный бетонный дом с искусственным газоном во дворе. Похоже на американскую школу, только в миниатюре. Узнаю детскую мебель из каталога IKEA. Обстановка очень простая, но жизнерадостная и опрятная.

Детей здесь делят по возрасту: младшая, средняя и старшая группа. Группе Бин отведена солнечная комната с кучей игрушек. За стеклянной перегородкой — спальня, где у каждого ребенка своя кроватка с личной соской и мягкой игрушкой — *doudou.*

Нас приветствует Анна-Мари — старшая воспитательница (это она стригла детишек Дитлинд). Анна-Мари — бабуля за шестьдесят, у нее короткие светлые волосы, и щеголяет она в футболках из разных мест, где побывали ее воспитанники. (Мы тоже потом подарим ей одну, с надписью «Я люблю Бруклин».) Все сотрудники работают в этом учреждении в среднем по тринадцать лет, Анна-Мари — гораздо больше. Она и еще несколько воспитателей учились по специальности *auxiliaires de puériculture*[4] — у нас нет даже ее аналога.

Раз в неделю в ясли приходят педиатр и психолог. Воспитатели записывают, когда наша Бин спала, когда ходила в туалет и как она ела, — все это сообщают мне. Детей такого возраста кормят раз в день; сидят они или у воспитательницы на коленях, или на высоком стульчике. Спать укладывают примерно в одно и то же время каждый день и утверждают, что не будят. На период адаптации Анна-Мари просит, чтобы я принесла свою ночную рубашку (ношеную): Бин может спать с ней в обнимку. Мне это кажется средством, больше подходящим для успокоения щенков, но я выполняют рекомендации.

Уверенность Анны-Мари и других воспитателей поражает. Они совершенно точно знают, что нужно детям того или иного

возраста, и убеждены, что смогут обеспечить эти нужды, при этом не испытывая ни самодовольства, ни раздражения. Меня огорчает лишь одно: Анна-Мари упорно называет меня «мамой Бин», а не Памелой — ей тяжело запомнить имена всех родителей.

Учитывая наши колебания, мы записали Бин всего на четыре дня в неделю, с девяти тридцати до полчетвертого. А большинство малышей в ее группе посещают ясли пять дней в неделю и проводят в них больше времени. (Ясли открыты с семи тридцати утра до шести вечера.)

Как и во времена Марбо, мы обязаны доставить Бин… в данном случае в подгузнике. На этот счет у нас с Саймоном разгорается почти научная дискуссия. Что, если Бин испачкает подгузник по дороге или в тот момент, когда мы прощаемся у дверей, — кому его менять? Нам или воспитателям?

Первые две недели — так называемый адаптационный период: с каждым днем Бин остается в яслях все дольше и дольше. Каждый раз, когда я ухожу, она плачет, но Анна-Мари уверяет: успокаивается наша дочь очень быстро. Кто-то из воспитателей подносит ее к окну, выходящему на улицу, чтобы я могла помахать ей рукой.

Если ясли и травмируют психику Бин, мы с Саймоном этого не замечаем. Очень скоро она уже радуется, когда мы отводим ее туда, и встречает нас со счастливой улыбкой, когда приходим за ней.

Через некоторое время замечаю, что ясли — своего рода французское воспитание в миниатюре, со всеми достоинствами и недостатками. К примеру, Анна-Мари и другие воспитатели озадачены, что в девять месяцев я все еще кормлю Бин грудью, а то, что я делаю это прямо в яслях, их и вовсе шокирует. Мое предложение приносить к обеду бутылочку со сцеженным молоком они встречают без особого восторга, хотя и не пытаются возражать.

Однако есть и положительные моменты. Поскольку У французов существуют некие общепринятые стандарты воспитания, родителям нет нужды волноваться, что общая линия будет нарушена. Чаще всего режим и привычки, установленные в семье, в яслях лишь укрепляются. Даже с самыми маленькими детьми в яслях постоянно разговаривают с полной уверенностью, что они все понимают.

В отчете администрации мэра Парижа за 2009 год говорится, что сотрудники детских учреждений никогда не должны плохо отзываться о родителях ребенка, о его происхождении или внешности. Цитирую: «Скрытый смысл подобных суждений всегда интуитивно улавливается ребенком. Чем они младше, тем лучше

умеют читать между строк».

Также часто всплывает тема ограничений. На родительском собрании одна из воспитательниц говорит об этом почти поэтическим слогом:

— Все у нас укладывается в строгие рамки — час, когда дети приходят и уходят, к примеру. Однако в пределах этих рамок мы пытаемся обеспечить свободу и гибкость — как детям, так и воспитателям.

Большую часть дня Бин проводит, просто играя. Меня это тревожит. А как же музыкальные занятия и организованные игры? Но вскоре я понимаю, что такая свобода действий не случайна — это отражение французской модели: детям ставят строгие ограничения, однако в их пределах дают полную свободу. Малыши должны научиться справляться со скукой и развлекать себя самостоятельно.

— Играя, ребенок формируется как личность, — говорит Сильви, воспитательница Бин в старшей группе.

Мэр в своем отчете, посвященном парижским яслям, призывает к духу «активного познания», к тому, чтобы дети могли «беспрепятственно удовлетворять свою потребность в экспериментах со всеми пятью чувствами, пускать в ход и мускулатуру, и ощущения, и осознание физического пространства». Становясь старше, дети принимают участие в организованных занятиях, однако никого не заставляют это делать.

— Мы лишь предлагаем, а не навязываем, — объясняет одна из воспитательниц.

Чтобы дети легче засыпали, играет тихая музыка, лежит стопка книг, которые можно полистать в кровати. К полднику дети просыпаются не по команде, а один за другим, кто-то может поспать и подольше. Нет, эти ясли определенно не похожи на казенное учреждение. Скорее на курорт.

На детской площадке тоже действуют определенные правила, но смысл все же в том, чтобы предоставить детям максимальную свободу.

— Когда они играют на улице, мы практически не вмешиваемся, — говорит Мери, еще одна наставница Бин. — Ведь если все время дергать их, они с ума сойдут.

Ясли продолжают учить детей терпению. На моих глазах двухлетняя девочка начала требовать, чтобы Мери взяла ее на руки. Но та убирала со стола — дети только что пообедали.

— Я сейчас не могу. Две секунды подожди, — спокойно сказала Мери малышке. И, повернувшись ко мне, объяснила: — Мы стараемся научить малышей ждать: это очень важно. Нельзя

получить все и сразу.

Воспитатели говорят с детьми спокойно и уважительно, как со взрослыми: у вас есть право делать то-то и то-то и нет права делать то или иное. Говорят это с тем же непоколебимым убеждением, которое слышится в голосах французских родителей. Похоже, во Франции все считают, что философия ограничений имеет смысл лишь в том случае, если применять ее последовательно.

— Запреты всегда должны внедряться последовательно, и мы всегда объясняем, почему запрещаем детям то или иное, — говорит Сильви.

Спустя некоторое время Бин начинает повторять французские фразы, и я понимаю, какие именно команды чаще всего звучат в этом детском учреждении (команды, которые должны выполняться). Например: *«On va pas crier!»* («Мы не будем кричать!») Но особенно мне нравятся рифмующиеся *«Couche-toi!»* («Иди спать!») и «*Mouche-toi!»* («Высморкайся!» — так говорят, поднося платок к носу ребенка). Принимаю это как руководство к действию и начинаю говорить так же дома.

Играя в «воспитательницу», Бин встает на стул, грозит пальчиком и отдает команды воображаемым детям — а иногда и изумленным гостям, заглянувшим к нам на обед.

Вскоре, помимо команд, Бин выучивает песенки. Чаще всего она напевает «Томоля, томоля, ватови!», размахивая руками. Только потом узнаю, что это одна из самых популярных детских песенок во Франции — про ветряную мельницу, которая крутится слишком быстро («*Ton moulin, ton moulin va trop vite*»).

Но больше всего мне нравится в яслях то, в какой обстановке здесь едят. Каждый понедельник на большой белой доске у входа вывешивают меню на неделю. Иногда я даже фотографирую его и посылаю матери — очень похоже на то, что пишут мелом на доске во французских ресторанах. Обед из четырех блюд: холодная закуска из овощей, основное блюдо с гарниром из круп или печеных овощей, разные сыры каждый день, на десерт фрукты или фруктовое пюре. Для каждого возраста готовят немного по-разному: самые маленькие едят все то же, только в виде пюре.

Типичный обед начинается с салата из сердцевины пальмы и помидоров. За ним следует индейка с базиликом и рисом в сливочном соусе по-провански. Третье блюдо — сыр сорта *сен-нектер* с ломтиком свежего багета. На десерт — свежий киви.

Все блюда готовят с нуля каждый день. Пару раз в неделю приезжает фургон с сезонными, иногда даже органическими продуктами. Не считая томатной пасты, повара не используют никаких полуфабрикатов и консервов. Иногда бывают

замороженные овощи — но не полуфабрикаты!

Мне трудно представить, чтобы двухлетки высидели такой обед, и мне разрешают поприсутствовать на одном из них (в среду, пока Бин находится дома с няней). Увидев все это, теряю дар речи.

Тихо сижу с журналистским блокнотиком, пока дети собираются по четверо и рассаживаются за низкие квадратные столы. Воспитатель привозит тележку с тарелками, накрытыми крышками, и хлебом, завернутым в пленку, чтобы не засыхал. За каждым столом — один взрослый.

Воспитательница открывает тарелки и показывает, что сегодня на обед. Закуска — салат из ярко-красных помидоров. Затем белая рыба (у детей при виде ее загораются глаза) — филе в легком сливочном соусе с горошком, морковкой и луком. Дальше — сыр: сегодня это крошащийся *le bleu.* На десерт — яблоки, которые нарезают ломтиками уже за столом.

Вся еда простая, свежая и выглядит очень аппетитно. Если бы не пластиковые тарелки, на которых лежат крошечные порции, и тот факт, что некоторые из участников трапезы еще не выговаривают как следует слово *merci,* можно подумать, что я в шикарном ресторане.

Кто эти люди, что присматривают за моей Бин? В поисках ответа на этот вопрос отправляюсь на ежегодный вступительный экзамен в школу *ABC Puériculture* — одно из учреждений, где готовят воспитателей для яслей. В очереди несколько сотен взволнованных женщин (и несколько мужчин), всем лет по двадцать с небольшим; претенденты робко поглядывают друг на друга или просматривают записи в толстых тетрадях.

Понятно, почему они так нервничают: из более чем пятисот претендентов на обучение примут лишь тридцать человек. Из экзаменационных предметов — логическое мышление, навыки понимания текста, математика и биология человека. Тех, кто прошел на второй уровень, ждут экзамен по психологии, устный рассказ о себе и собеседование с коллегией экспертов. После этого тридцати лучшим предстоит в течение года учиться и проходить практику по установленной государством программе. Студенты знакомятся с основами гигиены, сна и детского питания, учатся готовить смеси для искусственного вскармливания, менять подгузники. А впоследствии, на протяжении всей карьеры, они будут проходить недельные тренинги и курсы повышения квалификации.

Да, во Франции воспитатель детского сада (яслей) — это карьера! Престижную профессию можно получить в школах,

попасть куда так же непросто, как в *ABC Puériculture;* отсюда и высококвалифицированные кадры. В яслях как минимум половина сотрудников должны иметь степень «ассистента по уходу» или аналогичную квалификацию, не менее четверти — профильное образование в области здравоохранения, досуга или социальной работы; еще четверть могут не иметь специального образования, но при этом должны обладать большим опытом работы.

В наших яслях тринадцать из шестнадцати воспитателей имеют степень «ассистента по уходу». Анна-Мари и прочие сотрудники в моих глазах вырастают до эйнштейнов в области воспитания. Теперь я понимаю, почему они так уверены в себе! Настоящие мастера своего дела, и я у них в долгу. За три года, что Бин посещала ясли, они приучили ее к горшку, привили хорошие манеры поведения за столом и активизировали ее французский методом погружения.

На третий год мне начинает казаться, что Бин в яслях скучновато, что для ее развития этого недостаточно, — я готова перевести ее в подготовительную группу сада. Но Бин по-прежнему нравятся ясли. Она без конца рассказывает нам о Маки и Лиле, своих лучших подружках (что забавно, Бин подружилась с детьми иностранцев: родители Лилы из Марокко и Японии, папа Маки из Сенегала). Одно можно сказать точно: социализация нашей девочки прошла успешно. Когда мы с Саймоном берем ее с собой в Барселону на выходные, она все время спрашивает, где другие дети.

Малышня из группы Бин много бегает по двору с искусственным газоном. Там же можно покататься на детских скутерах и машинках. Когда я прихожу забирать свою дочь, она обычно гуляет. Стоит ей заметить меня, как она радостно бросается мне на шею, торопясь рассказать, как прошел день.

Наступил последний ее день в яслях. После прощального обеда, забрав вещи из шкафчика, Бин обнимает и целует Сильви — свою главную воспитательницу. Весь год Сильви демонстрировала образцовый профессионализм, но стоит Бин потянуться к ней, как она начинает плакать. Я тоже.

Теперь, когда Бин прошла испытание яслями, мы с Саймоном понимаем, что для нее это был хороший опыт. Да, это так: мы часто чувствовали себя виноватыми, оставляя ее в яслях. И тревожные заголовки в американской прессе о том, что детские сады подчас негативно влияют на детей, тоже не прошли незамеченными.

Но в Европе все по-другому — здесь никто не сомневается в пользе детских дошкольных учреждений. Шейла Камерман из

Колумбийского университета говорит, что для европейцев образцовый уход, приветливый персонал и маленькие группы стали нормой. Но у американцев все еше слишком много сомнений насчет садов. Чтобы развеять их, правительство США профинансировало крупнейшее исследование на тему посещения детских учреждений в раннем возрасте во взаимосвязи с дальнейшим развитием и поведением ребенка. Главной находкой этого исследования стало то, что для ребенка не так уж важно, кто именно присматривает за ним в раннем детстве. Казалось бы, преимущества есть у детей обеспеченных и образованных родителей, то есть у тех, в чьих домах много книг и игровых материалов. Однако «домашние» дети по развитию не опережали посещающих детский сад тридцать и более часов в неделю.

При этом комментаторы исследования подчеркивают важность родительского воспитания, особенно то, насколько внимательны матери по отношению к миру своего ребенка. То же касается и воспитателей детских садов. Один из исследователей пишет, что высокий уровень ухода обеспечивают те сады, в которых воспитатели «внимательны к потребностям ребенка, реагируют на его вербальные и невербальные сигналы и намеки, поощряют любопытство и стремление познавать мир, проявляют эмоциональную теплоту, поддержку, заботу».

Другими словами, дети лучше развиваются, если за ними ухаживает *внимательный* взрослый, а няня это, бабушка или воспитатель детского сада (при условии занятости родителей) — не так уж важно. «Войдя в класс и не имея дополнительных сведений, невозможно определить, кто из школьников посещал детский сад, а кто — нет», — говорится в заключении.

Мне приходит в голову, что родителям следует больше волноваться вовсе не о том, что детские сады «плохо влияют на детей». Нас так волнует раннее развитие детей, что мы забываем спросить их, нравится ли им в детском саду, хотят ли они ходить туда. Между тем это главное, что заботит родителей во Франции.

Моя мама постепенно свыклась с мыслью, что Бин ходит в ясли. И даже начала называть их по-французски — *crèche.* Ясли всем нам идут на пользу. Во-первых, мы чувствуем, что прижились во Франции, — ну если не во всей Франции, то хотя бы в нашем квартале. И, к счастью, непрекращающиеся дебаты по поводу того, оставаться ли здесь, на время затихают. Нельзя же переехать именно теперь, когда мы столько усилий приложили, чтобы найти приличные и недорогие ясли! А ведь есть и еще один предлог, чтобы остаться во Франции: *école maternelle* — бесплатный государственный детский сад, куда принимают всех!

Но главная причина, по которой нам нравятся французские

ясли, кроется в том, что они нравятся Бин. Теперь наша дочь ест голубой сыр, делится игрушками и играет в «помидор, кетчуп» (французский вариант игры «утка, утка, гусь»). И она сносно говорит по-французски, хоть и в командной форме. Правда, Бин стала немного агрессивной: любит пнуть меня по ноге.

Но мне кажется, эта вспыльчивость у нее от отца. Вряд ли можно винить ясли в личных недостатках моей дочери.

Маки и Лила — по-прежнему лучшие подруги Бин. Иногда мы даже приводим дочь к яслям, и она через ограду смотрит на детей, которые там играют. А еще бывает, что Бин ни с того ни с сего поворачивается ко мне и говорит:

— А Сильви плакала…

Ясли были местом, где ее любили.

ГЛАВА 7
Сексапильные мамочки

Мне было легко привыкнуть к яслям. Гораздо проще, чем подружиться с другими мамами, приводящими сюда своих детей. То, что француженки не готовы мгновенно стать твоими лучшими подругами, я уже поняла. И слышала, что приятельские отношения здесь, во Франции, завязываются медленно и лишь через годы перерастают в настоящую крепкую дружбу.

За то время, что я прожила в Париже, мне удалось подружиться с несколькими француженками. Но у моих новых подруг либо не было детей, либо они жили на другом конце города. Я почему-то думала, что уж в нашем-то районе обязательно перезнакомлюсь с другими мамами. В моих фантазиях мы обменивались рецептами, устраивали пикники и жаловались на мужей. В Америке так и бывает. Моя мама, к примеру, до сих пор близко общается с женщинами, с которыми познакомилась на детской площадке, когда я была маленькой. Поэтому я была в полной растерянности, когда французские мамочки из яслей (все они живут в нашем районе, и их дети — ровесники моей Бин) демонстрировали полное равнодушие ко мне. По утрам мы приводили малышей, но они иногда даже не здоровались со мной! Вскоре всех детей из группы Бин я знала по имени. Но ни одна из французских мамаш не знала, как зовут мою девочку даже через год пребывания в яслях. А как меня — и подавно.

Первая стадия знакомства (по крайней мере, намек на него) вообще не напоминает знакомство. Мамочки, с которыми мы ежедневно видимся в яслях, кажется, даже не узнают меня, когда мы сталкиваемся в супермаркете. Возможно, они таким образом «уважают мое личное пространство», как пишут в книгах о культурных различиях: заговорить — значит навязаться, создать обязательства. А, может, они просто нос задирают?

Схожая ситуация — на детской площадке. Мамы из Канады и Австралии, которых я изредка вижу у песочницы, воспринимают ее так же, как и я, — место, где можно пообщаться, а возможно, и найти друзей на всю жизнь. Мы видим друг друга впервые, но уже через пару минут охотно выкладываем, откуда родом, замужем ли и какого мнения о двуязычных школах. А вскоре уже начинаем зеркалить друг друга: «Вы в „Конкорд“ ездите за хлопьями с изюмом? Я тоже!»

Но обычно на площадке гуляют одни лишь француженки. А

этих ничем не проймешь. Они почти не удостаивают меня взглядом — даже когда наши дети начинают драться за игрушки в песочнице. Я задаю вопрос, надеясь завязать общение: например, сколько вашей дочке лет? В ответ мне бубнят цифру и окидывают таким взглядом, будто я навязываюсь. Ответных вопросов не задают, или крайне редко. Те, кто задает, в итоге оказываются итальянками.

Что ж поделать, я в Париже — одном из самых недружелюбных городов мира. Презрительная ухмылка вполне могла бы быть местным изобретением. Даже жители других уголков Франции считают парижан холодным и отстраненными.

Мне бы просто не обращать внимания на всех этих женщин, но я не могу: они для меня загадка. Для начала, большинство из них выглядит куда лучше среднестатистической американской мамаши. По утрам я отвожу Бин в сад, стянув волосы в хвост и надев первое попавшееся, что валялось рядом с кроватью. Они же все с идеальными прическами, надушены. Я уже не таращу глаза, увидев в парке мамочку на шпильках и в джинсах в облипку, толкающую перед собой коляску с новорожденным. (Правда, чем дальше от центра Парижа, тем толще мамаши.)

Парижанки не просто шикарно выглядят — они еще и на удивление собранны. Никто не орет на своих детей и не бежит из парка с завывающим младенцем на руках. У всех мам прекрасная осанка. Они не распространяют вокруг себя ту самую ауру хронической усталости и вечного пребывания на грани истерики, что свойственна большинству моих знакомых нефранцуженок (я не исключение). Не было бы в поле зрения ребенка, никто бы и не понял, что перед ним молодая мать.

С одной стороны, мне хочется насильно накормить этих цыпочек тонной фуа-гра. С другой — выведать их тайну. Да, если их дети хорошо спят, умеют подождать и не ноют, понятно, почему они так безмятежны. Но не может же быть все так идеально. Наверняка у них есть какие-то проблемы, о которых я не подозреваю. А где их животы? Действительно ли француженки так совершенны? И если так — счастливы ли они?

После рождения ребенка первое принципиальное различие между француженками и мамочками из других стран заключается в отношении к грудному вскармливанию. Например, в Америке продолжительность грудного вскармливания свидетельствует о состоятельности женщины. Это как сумма на банковском счете. В английской группе, куда ходит Бин, одна из мамочек — бывшая бизнес-леди — регулярно подходила ко мне и спрашивала как бы невзначай: «А вы еще кормите?»

Как бы, но не невзначай: ведь все мы в курсе, что количество месяцев на грудном вскармливании — прямой способ похвастаться друг перед другом. Если вскармливание смешанное или мать слишком часто кормит сцеженным молоком, ее рейтинг снижается, как и в случае со слишком длительным вскармливанием (тогда ее начинают воспринимать как хиппи ненормальную).

В США применение смеси для искусственного вскармливания нередко воспринимается как разновидность жестокого обращения с детьми. То, что грудное вскармливание требует терпения, приносит определенные неудобства, а в отдельных случаях и физическую боль, лишь повышает статус кормящих матерей.

Дополнительные баллы получают те мамы, которые продолжают кормить грудью после переезда в страны, где грудное вскармливание не пропагандируется. Скажем, во Францию. Многих это тревожит. «Кормящая мать здесь воспринимается если не как любопытное исключение из правил, то как человек, совершающий абсолютно ненужный подвиг», — говорится в пособии для молодых родителей, выпущенном организацией *Message,* поддерживающей англоязычных мам в Париже.

Мы рассказываем друг другу ужасы о французских докторах. Стоит им увидеть трещинку на соске или диагностировать закупорку протока, они сразу же велят кормящим мамочкам переходить на смесь. Для борьбы с этим в *Message* существует собственная армия консультантов по грудному вскармливанию, работающих на добровольных началах. Еще до родов одна из таких консультантов предупредила меня никогда и ни за что не отдавать ребенка в детское отделение роддома, так как больничный персонал скорее всего накормит ребенка смесью из бутылочки, если тот заплачет. Диагноз «отказ от груди» в ее устах звучал страшнее, чем «аутизм».

Из-за всех этих сложностей иностранки в Париже чувствуют себя чуть ли не кормящими супергероинями, ведущими сражение со злыми докторами, которые хотят лишить их детей столь необходимых им антител.

В чатах женщины перечисляют самые необычные места, где им приходилось кормить грудью: в соборе Сакре-Кёр, на кладбище Пер-Лашез, на приеме в отеле «Георг V». Одна мамочка пишет, что кормила ребенка грудью, подавая жалобу у стойки авиакомпании в аэропорту Шарля де Голля: «Я его прямо на стойку положила». Не завидую сотруднику авиакомпании.

С учетом такого рвения нам, иностранкам, трудно понять, почему дети французов почти поголовно на искусственном

вскармливании. Лишь 63 % матерей во Франции сразу после родов начинают кормить грудью; к моменту выписки из роддома этот процент равен уже 50 с небольшим, да и тех хватает ненадолго. Случаи длительного вскармливания крайне редки. А в США 74 % матерей кормят грудью хотя бы некоторое время после рождения; треть из них продолжает кормить после четырех месяцев[5].

Можно представить себе несколько причин, объясняющих нежелание француженок кормить грудью: 1) им все равно; 2) их больше волнуют собственные сиськи, чем дети (хотя доказано, что грудь теряет форму во время беременности, кормление тут ни при чем); 3) они просто не в курсе, как это важно, и т. д.

Во Франции до сих пор бытует мнение, будто грудное вскармливание — пережиток тех времен, когда детей отправляли к кормилицам в деревню. Кое-кто утверждает, что компании по производству смесей приплачивают роддомам, раздают бесплатные образцы роженицам и беспощадно атакуют их рекламой.

Оливье, муж моей подруги-журналистки Кристины, считает, что кормление грудью убивает загадочный образ женской груди, превращая ее во что-то утилитарное и примитивное. Оказывается, папы во Франции не только предпочитают не стоять с «принимающего конца» во время родов, они и женскую грудь не желают рассматривать иначе, как сексуальный объект.

— Мужчины предпочитают не смотреть, как женщина кормит грудью, — говорит Оливье.

Во Франции существуют маленькие группки энтузиастов грудного вскармливания. Однако общественного давления, пропагандирующего длительное вскармливание, здесь нет. Когда моя подруга, англичанка Элисон, которая преподает в Париже английский, сказала врачу, что все еще кормит грудью своего ребенка (ему год и месяц), тот ответил:

— И что говорит ваш муж? А психиатр?

Журнал «Ребенок» (*Enfant),* один из самых популярных глянцевых журналов во Франции, и вовсе заявляет: «Кормление грудью больше трех месяцев всегда воспринимается окружением женщины отрицательно».

Александра, мать двоих дочерей и сотрудница яслей, признается, что ее дочки не получили ни капли грудного молока. Причем говорит это без капли сожаления или вины. Она, мол, очень обрадовалась, что ее муж — он работает пожарником — высказал желание присматривать за девочками, и искусственное вскармливание было лучшим способом дать ему такую возможность. «Обе девочки абсолютно здоровы», — добавляет

она.

— Для нашего папы это был отличный опыт — кормить их из бутылочки по ночам. А я высыпалась и могла выпить вина в ресторане. Не так уж плохо для молодой мамы.

Пьер Битун, французский педиатр, уже давно пропагандирующий грудное вскармливание во Франции, говорит, что многие француженки считают, будто им не хватает молока. Он утверждает, что в большинстве французских роддомов матерям не объясняют, что нужно кормить новорожденных раз в несколько часов. А в начале грудного вскармливания это очень важно — иначе молоко действительно не будет вырабатываться в достаточном количестве. Недостаточно частые кормления и являются причиной почти неизбежного перехода на смесь.

— К третьему дню жизни новорожденный теряет двести граммов, и матери говорят: «О да, у нас нет молока, давайте подкормим смесью, ребенок голодный». Вот так и бывает. Это просто безумие!

Доктор Битун часто читает лекции во французских роддомах: рассказывает о процессе грудного вскармливания и его преимуществах.

— Культурное влияние сильнее, чем научное, — говорит он. — Три четверти людей, с которыми мне приходится работать в роддомах, не верят, что грудное молоко полезнее смеси. Им кажется, что нет никакой разницы. И что нет ничего плохого в искусственной молочной смеси.

Вообще-то, несмотря на то что смесь поглощается французскими младенцами в невероятных количествах, когда речь заходит о здоровье, они опережают американских деток почти по всем параметрам. Рейтинг Франции на шесть баллов выше среднего показателя по развитым странам в сводке ЮНИСЕФ, включающей данные о детской смертности, охвате вакцинацией до двухлетнего возраста и смертности от несчастных случаев или увечий до девятнадцатилетнего возраста. Рейтинг США — на восемнадцать баллов ниже этого показателя.

Французы не понимают, почему смесь так ужасна, и не возводят грудное вскармливание в ранг священного ритуала. Они считают, что грудное молоко гораздо нужнее ребенку, родившемуся у нищей матери в одной из беднейших африканских стран, чем младенцу из обеспеченной семьи парижан.

— Оглянись, и увидишь, что с детьми, которые на смеси, все в порядке, — говорит мне Кристина. — Мы все выросли на смеси, и ничего.

Я не разделяю ее спокойствия. По правде говоря, разговор с консультантом по грудному вскармливанию так меня напугал,

что в роддоме я настаивала на круглосуточном совместном пребывании с Бин. В итоге просыпалась каждый раз, когда она начинала пищать. Мне эти страдания и самопожертвование казались естественными. Однако на третий дней до меня дошло, что я, кажется, единственная из мам, кто подвергает себя таким пыткам. Другие — даже те, кто кормил грудью, — на ночь отдавали малышей в детский бокс в конце коридора. Они считали, что заслужили несколько часов сна.

Наконец я так вымоталась, что тоже стала отдавать Бин в детский бокс, хоть мне это и казалось потаканием своему эгоизму. Но я тут же оценила все преимущества этой системы, да и Бин ничуть не страдала. Вопреки слухам, медсестры и нянечки привозили мне ее на кормления каждый раз, а потом увозили обратно.

Франция, пожалуй, никогда не станет оплотом грудного вскармливания. Зато здесь есть Служба защиты матери и ребенка — та же организация, в чьей юрисдикции государственные ясли. По всему Парижу действует сеть государственных клиник, где можно пройти бесплатные осмотры и сделать прививки детям до шести лет — даже тем, кто находится во Франции нелегально. Родители из обеспеченных слоев редко пользуются услугами этих клиник, так как программа государственного страхования покрывает наблюдение у частного педиатра. (Страховка государственная, но у большинства французских врачей частная практика.)

Я сомневаюсь насчет государственной клиники. Что, если врачи там равнодушны? Что, если там грязно? Но перевешивает важное преимущество: это бесплатно. Ближайшая клиника в десяти минутах пешком от дома. Оказывается, мы можем закрепиться за одним врачом и все время ходить к нему. В приемной безупречная чистота, есть игровая комната. По возвращении из роддома на дом приходит медсестра из Службы защиты матери и ребенка, проверяющая здоровье малыша и мамы. Страдающим послеродовой депрессией помогает психотерапевт. И все это бесплатно: даже счет не предъявляют. Ну и стоит ли так переживать из-за грудного вскармливания?

Но я лично не намерена даже раздумывать. Американская академия педиатрии рекомендует грудное вскармливание до года — что я и делаю, почти день в день: прощальное кормление у нас с Бин происходит как раз в ее первый день рождения. Иногда мне нравилось кормить, но порой раздражало, что я должна бросать свои дела и бежать домой или, что случалось все чаще, сцеживаться молокоотсосом. Я продолжала кормить главным образом потому, что так много прочла о пользе грудного

молока, — ну и чтобы заткнуть за пояс дамочек из англоязычной группы.

Солидарность мам в США в отношении грудного вскармливания, с одной стороны, идет на пользу здоровью нации — ведь наши дети благодаря этой солидарности получают грудное молоко. Но, с другой, это не очень хорошо влияет на нашу психику. Француженки за километр чувствуют наше беспокойство и «вину» перед ребенком и пытаются сопротивляться им, как могут.

По словам доктора Битуна, за годы его борьбы за грудное вскармливание он обнаружил, что француженок не впечатляют медицинские доводы вроде уровня IQ или иммуноглобулинов-А. Их можно убедить кормить грудью только одним способом: сказав, что и ребенку, и им самим это будет в удовольствие. «Удовольствие — единственный аргумент, способный убедить их», — признается он.

Многие мамочки во Франции, возможно, и хотели бы кормить грудью дольше, но они не желают находиться под моральным давлением окружающих. Во Франции длительное вскармливание — это не то, чем принято хвастаться на дне рождения двухлетки. Пусть смесь не так полезна для малышей, она, несомненно, облегчает француженкам первые месяцы материнства.

Француженки совершенно не переживают из-за грудного вскармливания, однако их очень беспокоит другой вопрос: как поскорее вернуть прежнюю форму после родов. Я была шокирована до глубины души, узнав, что у худющей официантки в кафе, куда я хожу писать свою книгу, есть шестилетний сын. Я-то думала, ей двадцать три, и она модная тусовщица.

Рассказываю ей, что у американцев есть выражение «сексапильная мамочка», — она смеется. Ведь во Франции никому не придет в голову, что женщина не может считаться сексуальной лишь по той причине, что у нее есть дети. Французы часто говорят, что материнство придает женщине «зрелое обаяние» (делает ее счастливой и зрелой духом).

Разумеется, некоторым американкам тоже удается быстро похудеть после рождения малыша. Но легко встретить и другие варианты. На развороте журнала *American Baby*, озаглавленном «Модные молодые мамочки», изображены три слегка полноватые женщины в мешковатых платьях, неловко улыбающиеся в камеру. Их малыши стратегически расположены на бедре. Подпись к фотографиям не внушает оптимизма: «Рождение ребенка меняет ваше тело, а материнство — вашу жизнь». И далее расписаны преимущества треников на веревке. Некоторые мамочки даже ощущают свое моральное превосходство: мол, мы не пожалели

своей фигуры ради материнства! Это как самопожертвование ради высшей цели. Мамочка шестимесячного младенца, в прошлом консультант по спортивному маркетингу из Коннектикута, рассказывает, что в их игровой группе недавно появилась француженка; первое, что она спросила с очаровательным французским акцентом: «Ну как, удалось кому-нибудь уже похудеть?» Американские мамочки просто потеряли дар речи. Об этом не принято было говорить. Нет, они, конечно, хотели бы расстаться с десятью килограммами, если бы это можно было сделать по взмаху волшебной палочки. Но никто не пытался похудеть намеренно. Потому что это так эгоистично — отрывать время у младенцев, чтобы сражаться с каким-то там лишним весом. Даже разговоры об этом казались баловством.

Но в Париже никто не теряет дар речи, когда им задают такой вопрос. Во Франции существует огромное давление со стороны общества: считается, что женщина во время беременности не должна сильно поправляться, а сразу после родов обязана сбросить лишние килограммы.

Сестра девушки из Коннектикута по имени Нэнси живет в Париже, у нее есть сын от французского бойфренда. Нэнси — моя хорошая подруга. Две сестры (они даже внешне похожи) невольно стали участницами социального эксперимента. Из-за своего места жительства и национальности бойфрендов им приходится сталкиваться с общественным давлением по совершенно разным поводам. Нэнси, живущая в Париже, рассказывает, как через пару месяцев после рождения малыша ее приятель-француз проел ей плешь по поводу того, что она «не должна больше носить треники, и пора бы уж избавиться от подушки жира вокруг бедер». А в качестве стимула предложил накупить ей новой одежды.

Нэнси призналась, что такое отношение ее и удиви — до, и обидело. Она-то думала, что ей, как и ее сестре из Коннектикута, позволительно не следить за внешностью какое-то время, всю себя посвятить ребенку, что она находится в особой неприкосновенной «материнской зоне». Но ее приятель исходил из других культурных предпосылок. Он по-прежнему воспринимал ее как полноценную женщину и хотел пользоваться всеми вытекающими из этого эстетическими преимуществами! То, что она готова была ими пренебречь, удивило и обеспокоило его не меньше.

Во Франции три месяца — волшебный срок: француженки всех возрастов уверяли меня, что «вернули свои линии» (фигуру) через три месяца после родов. Французская журналистка Одри за чашкой кофе призналась, что сразу после родов весила столько

же, сколько до беременности, и так было оба раза (причем во второй раз она была беременна близнецами).

— Это же естественно! Разве у тебя было не так?

Поскольку я не француженка, то решила не соблюдать трехмесячный «крайний срок». Я, кажется, даже не слышала о его существовании, пока Бин не исполнилось полгода. Лишний жир у меня скопился на животе и бедрах, отчего создавалось впечатление, будто я еще не до конца разродилась, по крайней мере плацентой.

Были бы у меня свекры-французы, я бы, наверное, похудела, наслушавшись постоянных упреков. Если все вокруг толстые, это воспринимается как должное — и наоборот, если все уверены, что после родов похудеют, то и тебе будет легче это сделать. (Еще легче, если за время беременности ты не сильно поправишься.)

Чтобы похудеть, француженки делают то же, что и всегда, только более интенсивно.

— Я просто уделяю больше внимания рациону, — заявляет стройняшка Вирджини, мама троих детей. — Как мы обедаем? Ну, я съедаю гигантскую порцию камбоджийского супа с лапшой. (В Париже видимо-невидимо дешевых и вкусных ресторанов с кухней бывших французских колоний.)

Вирджини утверждает, что никогда не сидела на диете (по-французски — *régime)*. И еще раз говорит о том, что просто больше внимания уделяет рациону.

— И что это значит? — спрашиваю я ее, прихлебывая суп.

— Не ем хлеба, — отвечает она.

— Не ешь хлеба? — удивленно спрашиваю я.

— Да, — отвечает она со спокойной уверенностью.

«Не ем хлеба» — это не значит «никогда и ни за что».

Вирджини не ест хлеба по будням, с понедельника по пятницу. Но в выходные, а иногда посреди недели (за ужином) она ест что хочет.

— То есть, что хочешь, но в небольших количествах, да? — уточняю я.

— Да нет, в любых, — отвечает она тем же уверенным тоном.

В книге «Француженки не толстеют» Мирей Гальяно дает похожие рекомендации. Правда, она предлагает устраивать всего один «гастрономический выходной» и обходиться без излишеств.

«Уделяя больше внимания рациону», француженки интуитивно следуют лучшим научным рекомендациям. Ведь ученые выяснили, что самый эффективный способ похудеть и оставаться в форме — внимательно следить за собой: записывать все съеденное за день и ежедневно взвешиваться. Они также пришли к выводу, что людям проще контролировать себя, если

они не зарекаются есть какие-либо продукты, а допускают, что могут съесть их позже, например в выходной. («Чем тщательнее и чаще вы отслеживаете свои показатели, тем лучше себя контролируете», — пишут Рой Ф. Баумейстер и Джон Тирни в книге «Сила воли: откройте в себе величайшую человеческую силу».)

Мне нравится прагматичная французская формулировка «уделять больше внимания» — это звучит лучше, чем категоричное американское «питаться правильно» (и его антонимы, провоцирующие чувство вины и расстройство духа). Куда проще простить себя, если ты вдруг съел кусок торта, — просто в следующий раз постараешься не допустить этого. По словам Вирджини, такая «диета» — секрет, известный всем парижанкам.

— Все худые барышни, — при слове «худые» она обводит рукой свою миниатюрную фигуру, — просто внимательно следят за собой.

Если Вирджини кажется, что она поправилась на пару килограммов, она становится внимательнее. Моя подруга Кристина, журналистка, очень точно характеризует этот метод: «Просто парижанки мало едят».

За обедом Вирджини присматривается ко мне и, видимо, решает, что я уделяю недостаточно внимания своему рациону.

— Ты пьешь *café crème?* — спрашивает она.

Café crème — французское название латте: целая чашка горячего молока, которой разбавляется чашечка эспрессо.

— Да, но это обезжиренное молоко, — говорю я в свое оправдание.

Но Вирджини утверждает, что даже обезжиренное молоко плохо усваивается. Сама она пьет *café allonge* — эспрессо, разбавленный горячей водой. Записываю на листочке советы Вирджини, как откровения свыше: пить больше воды, ходить по лестнице вместо лифта, больше гулять и т. д.

Вообще-то я не толстая. Как и моя подруга Нэнси, я просто похожа на женщину, у которой есть дети. Когда я сажаю Бин на колени, она не ударяется о мою выступающую бедренную кость. Но мне хочется быть худенькой. Я пообещала себе, что не буду даже мечтать о втором ребенке, пока не допишу книгу и не сброшу лишние килограммы. (Прожив много лет во Франции, я так и не научилась переводить шкалу Фаренгейта в градусы по Цельсию и футы в сантиметры, но зато свой вес в килограммах знаю. И знаю, сколько нужно сбросить, чтобы влезть в любимые джинсы.)

Французские мамочки отличаются от других не только фигурой. Да и не все они худые, к слову. Встречала я и мам-нефранцуженок, которые к трем месяцам ребенка влезали в джинсы, которые носили до беременности. Зато любую маму-нефранцуженку в парке за километр выдает «язык тела». Как и я, они стоят, склонившись над детьми в три погибели, раскладывают игрушки на траве и попутно оглядывают все вокруг в поисках предметов, представляющих потенциальную опасность. Такая мама — тень своего ребенка, мама-наседка. Француженок же отличает то, что они и после родов не утрачивают свою «добеременную» личность. Для начала, они физически более отделены от своих детей. Никогда не видела, чтобы парижанка забиралась на лестницу за ребенком, каталась с ним с горки или на качелях — а в родных Штатах это обычное дело. Француженки обычно рассаживаются по периметру детской площадки или вокруг песочницы и общаются друг с другом (но не со мной). Единственное исключение — те мамы, чьи дети учатся ходить.

В американских домах каждая комната завалена игрушками. В доме моих знакомых убрали даже книги с полок в гостиной, чтобы освободить место для игрушек и настольных игр. Конечно, и во Франции в некоторых гостиных валяются игрушки. Но это скорее исключение. У детей во французских семьях достаточно игрушек и игр, но игрушки не забивают все пространство в доме, а вечером их обязательно убирают. Родители рассматривают это как нормальное разделение «взрослого» и «детского» пространства и возможность отдохнуть от мыслей о детях, когда те легли спать. Моя соседка Самия днем души не чает в своей двухлетней дочке, но признается, что, когда та засыпает, ей «не хочется видеть рядом ни одной игрушки… ее мир — в ее комнате».

Не только комнаты в домах французов выглядят иначе. Меня поражает также почти универсальная убежденность французов в том, что даже хорошие матери не должны быть в услужении у своих детей, и нет причин убиваться из-за капризов ребенка. (В исследовании 2004 года француженок и американок попросили оценить, насколько важно «всегда ставить интересы ребенка выше собственных». Американки оценили эту необходимость в среднем на 2,89 из 5 баллов, француженки — на 1,26.)

В американских книгах о воспитании часто пишут, что у мам должна быть своя жизнь. Мне не раз приходилось слышать от американок, которые не работают, что уход за детьми — это и есть их «работа», поэтому они никогда не приглашают нянь. А вот в Париже даже среди неработающих мам принято отдавать детей в ясли или оставлять с няней хотя бы пару раз в неделю, чтобы

выкроить время для себя. У каждой француженки есть такие «окошки», чтобы сходить на йогу или к парикмахеру, и они не испытывают по этому поводу никаких угрызений совести. В результате даже самые замученные домохозяйки не позволяют себе прийти в парк растрепанными, считая себя частью какого-то особого племени, которому все можно.

Но француженки не просто позволяют себе иметь свободное время — они способны абстрагироваться от детской темы. В голливудских фильмах сразу понятно, что у героини есть дети, потому что в этом случае фильм обычно про детей. Но во французских романтических драмах и комедиях, которые я иногда смотрю в кинотеатре, наличие или отсутствие детей у героини обычно не играет в сюжете определяющей роли. Возьмем типичное французское кино — фильм «Сожаления» (*Les Regrets)*. Учительница из маленького городка заводит роман с бывшим бойфрендом, который возвращается в родной город из-за болезни матери. Нам вроде бы известно, что у главной героини есть дочь, но девочка появляется на экране лишь мельком. А фильм на самом деле — история любви с откровенными сексуальными сценами. Причем режиссер не намекает, что героиня — плохая мать, — нет, просто материнство не имеет отношения к сюжету.

Во Франции основная идея, которую внушает матерям общество, состоит в том, что роль мамы важна, но не должна затмевать другие роли. Мои знакомые парижанки выражаются так: мать не должна становиться слугой своих детей. Когда Бин родилась, по одному из главных французских каналов шла программа «Материнство» (*Les Maternelles*), в которой эксперты и родители обсуждали аспекты ухода за детьми. А сразу вслед за ней начиналась другая передача — «Не только родители», посвященная таким темам, как работа, секс, увлечения и отношения между полами.

Естественно, и во Франции некоторые мамы из среднего класса с головой уходят в материнство. Но понятие «идеальная мать» у французов и нефранцузов различное. К примеру, я была шокирована, увидев разворот во французском журнале для молодых мам — съемку с участием актрисы Жеральдин Пайя. Ей 39 лет, у нее двое детей, и она снята в трех разных образах: на одной фотографии толкает коляску и курит сигарету, глядя куда-то вдаль, на другой — в светлом парике читает биографию Ива Сен-Лорана, а на третьей — гуляет с коляской в черном вечернем платье и туфлях на длиннющих шпильках, украшенных перьями. В сопроводительной статье Пайя представлена как идеальная, по французским меркам, мать: «Она — само воплощение женской независимости: счастлива в роли матери, но жадна и любопытна

до новых впечатлений, невозмутима в кризисных ситуациях и всегда внимательна к детям. Она не привязана к понятию „идеальная мать“ — таких, по ее словам, не существует».

Эта статья и выражение лица Жеральдин напоминают мне тех мамочек из парка, что не желают смотреть в мою сторону. В реальной жизни они не расхаживают на шпильках от Кристиана Лабутена, но, как и Пайя, всем своим видом демонстрируют, что, хоть и преданы детям, не забывают о других вещах, не имеющих к детской теме никакого отношения, и наслаждаются своей независимостью без угрызений совести.

Пайя, разумеется, вернулась к добеременному весу через пять минут после родов. Однако она выглядит и ощущает себя соблазнительной не только из-за этого — главная причина в том, что у нее есть своя жизнь, и это видно по фотографиям. То же самое я вижу и в других француженках, которых встречаю в яслях и на детской площадке. Пайя — отнюдь не карикатурная «сексапильная мамочка». Она похожа на женщину — привлекательную и уверенную в себе. От такой вряд ли можно услышать, что она счастлива только тогда, когда счастливы ее дети.

Обсуждаю эту тему со своей подругой Шерон, литературным агентом из франкоговорящей части Бельгии, которая замужем за весьма симпатичным французом. Они путешествуют по всему миру с двумя детьми. Шерон определяет еще одно качество, которое я замечаю, глядя на фотографии Пайя (да, собственно, и на всех парижских мам).

— Американки целиком и полностью вживаются в роль матери, она становится для них единственной. Они примеряют на себя «костюм» матери в буквальном смысле. Как и другие «костюмы», например привлекательной женщины. Но детям дано увидеть только один.

Во Франции (судя по всему, и в Бельгии) роль мамы и просто женщины — одна и та же роль.

ГЛАВА 8
Идеальных мам не бывает

Возможно, вы не знали — но если сидеть за компьютером по двенадцать часов и есть для успокоения шоколадные конфеты, похудению это не способствует! Однако именно это помогает мне закончить книгу. И стоит лишь увидеть ее на *amazon.com*, как во мне засыпает мама и пробуждается независимая, самостоятельная женщина. Я еду в рекламный тур в Нью-Йорк — без мужа и ребенка, рассказываю о книге тем, кто согласен слушать меня, и с обожанием разглядываю ее на полках книжных магазинов. (Видимо, для одного из продавцов такое поведение не в диковинку, потому что он подходит ко мне и спрашивает: «Это вы написали?»)

Но настоящие перемены начались для меня, когда книга вышла во Франции. Годами я была в Париже невидимкой, а теперь вдруг люди стали заговаривать со мной! Моя книга — журналистское исследование того том, как в различных культурах относятся к супружеским изменам. (Большой скачок в сторону от карьеры финансового репортера и весьма актуальная тема во Франции.) Американцы отнеслись к моей книге как к серьезному труду о морали. Но французам она кажется развлекательным чтивом.

Меня приглашают на телевидение, в программу *Le Grand Journal*, — обсудить книгу на французском в прямом эфире. Кажется, я пару раз видела эту передачу: она выходит в эфир пять раз в неделю в 19.05.

Мой французский издатель, морщинистая дама за пятьдесят с визитницей из чистого золота, объясняет, что эта программа — гордость французского телевидения. Ведущий, Мишель Денисо, — легендарный журналист. Он и еще несколько участников передачи берут интервью в остроумном, но несколько жестком стиле. Все это немного похоже на французский званый ужин в высшем обществе, только в прямом эфире.

Издатель в восторге от такой рекламы, но страшно боится за мой французский. Она устраивает мне встречу со своим знакомым бизнесменом, которому предстоит часами натаскивать меня, задавая вопросы. При этом он нервничает не меньше моего и не устает напоминать, что *affaire* по-французски не означает «внебрачные отношения», в отличие от английского *affair*, и что следует говорить *aventure* или *liaison*.

В день программы чувствую себя готовой, ведь я прошла

целый курс методом погружения. Выпив три чашки эспрессо, сажусь в кресло стилиста, который сделает мне макияж и прическу. И не успеваю опомниться, как стою за двумя гигантскими портьерами. Мишель Денисо произносит мое имя, занавес открывается… Спускаюсь по сияющим белым ступеням, как мисс Америка, подхожу к большому столу, за которым меня ждут Денисо и еще трое участников программы.

Я так усердно пытаюсь понять смысл того, о чем меня спрашивают, что даже не нервничаю. К счастью, большинство ответов на эти вопросы я уже придумала. Как возникла идея написать книгу? В чем разница между Францией и США? Когда меня спрашивают, изменяла ли я мужу, когда писала книгу, кокетливо хлопаю ресничками и отвечаю, что, как и полагается журналистке, я была *très professionnelle,* то есть вела себя профессионально. Ведущим и зрителям, кажется, нравится такой ответ.

На этой позитивной ноте Денисо сворачивает интервью. Кажется, он произносит что-то вроде заключительной речи. И я перестаю слушать его. Брат, который смотрел повтор шоу в Интернете, сказал, что в этот момент я выглядела так, будто испытала огромное облегчение.

А потом вдруг я снова услышала свое имя: Денисо решил задать мне еще один вопрос. Неужели не мог оставить меня в покое! Мне удается разобрать *Moïse* — Моисей по-французски — и слово «блог». У Моисея был блог? Опять же по словам брата, в этот момент камеру навели на меня. Я оцепенела, не поняв ни слова из того, о чем меня спрашивали! Но потом до меня дошло: Денисо сказал не «блог», а *blague,* — «шутка» по-французски. А-а-а, он хочет, чтобы я пересказала анекдот из своей книги: Моисей спускается с горы и говорит: «Ребята, у меня две новость — плохая и хорошая. Хорошая — количество заповедей удалось снизить до десяти. Плохая — изменять по-прежнему нельзя».

Увы, ответ я не заготовила. Я даже не могу сразу вспомнить этот анекдот, не говоря о том, чтобы пересказать его по-французски. Как будет «гора»? А «заповедь»?! Мне удается выпалить лишь одно: «Изменять по-прежнему нельзя!» Но зрители, к счастью, в хорошем настроении, они смеются. А Денисо переходит к следующему гостю.

Я рада снова вернуться к работе. Ведь так я соблюдаю неписаный закон французского общества. У француженок принято, отказавшись от грудного вскармливания и вернув себе «добеременную» фигуру, снова выйти на работу. После родов мамы с высшим образованием крайне редко оставляют карьеру

даже на время. Когда я рассказываю американцам, что у меня ребенок, то обычно слышу в ответ: «А вы работаете?» Французы в таких случаях спрашивают: «А кем вы работаете?»

Однажды утром, решив отложить работу и погулять с Бин в парке, я получаю шанс узнать, на что была бы похожа моя жизнь, стань я домохозяйкой во Франции. Парк, где мы обычно гуляем, разбили в XIX веке на месте бывшего дворца рыцарей-тамплиеров (не то что нью-йоркский Центральный парк)! По-моему, звучит как эпизод из «Кода да Винчи», на самом деле все намного прозаичнее. Тут скорее найдешь забытую соску, чем средневековый раритет. В парке есть маленький пруд, чугунная беседка и детская площадка, которую после школы заполняют дети.

Мы с Бин сидим в беседке, когда я вдруг слышу американскую речь, — говорит мама с двумя малышами.

Вскоре мы с ней уже рассказываем друг другу всю свою жизнь. Она пожертвовала с работой редактора, чтобы поехать с мужем, который решил устроить себе на целый год отпуск в Париже. Они договорились, что он будет заниматься сбором материала для будущей книги, а она наслаждаться Парижем и присматривать за детьми. С тех пор прошло девять месяцев, но моя новая знакомая совсем не похожа на человека, наслаждающегося жизнью. Нет, она скорее похожа на измученную маму, которая каждый день таскается с маленькими детьми в парк и обратно. Ей даже не сразу удается подобрать нужные слова, потому что редко приходится общаться со взрослыми. Да, она слышала про англоязычные игровые группы, но не хочет тратить драгоценное время во Франции на общение с американками. (Стараюсь не принимать это на свой счет.) Сама она прекрасно говорит по-французски и думала, что легко подружится с французскими мамочками.

— Но где они, все эти мамы? — трагически вопрошает моя новая знакомая.

Ответ прост: на работе! Француженки выходят на работу сразу после рождения ребенка — отчасти потому, что могут это сделать. Ясли с отличным персоналом, няни, субсидируемые государством, — благодаря этому скорый выход на работу становится реальностью. Не случайно на то, чтобы прийти в форму, отводится три месяца: ведь именно через три месяца большинство француженок возвращаются в свой офис.

Но главное, они выходят на работу, потому что хотят этого! В рамках исследования, проведенного центром Пью в 2010 году, 91 % взрослых французов ответили, что самый гармоничный брак — тот, в котором оба супруга работают. (Аналогичный ответ дали

лишь 71 % британцев и американцев.) С учетом беби-бума и нехватки мест в яслях французское государство выплачивает некоторым матерям пособие по уходу за детьми — около пятисот евро в месяц. Пособие выплачивается до тех пор, пока младшему из детей не исполнится три года. При этом первые три года мать может работать неполный день.

Некоторые из моих знакомых француженок работают неполную неделю, то есть по средам они сидят с детьми, если в этот день нет никаких занятий в детском учреждении. Но никто и никогда даже не слышал о женщинах, предпочитающих сидеть дома с детьми *все время*.

— Я знаю одну такую — как раз сейчас с мужем разводится, — вспоминает моя подруга Эстер, адвокат.

История ее клиентки — нечто вроде предупреждения для остальных: ушла с работы, чтобы заниматься детьми, начала финансово зависеть от мужа, и, следовательно, с ее мнением стали меньше считаться.

— Свое недовольство она держала при себе, и через некоторое время они с мужем совсем перестали друг друга понимать, — рассказывает Эстер.

Да, конечно, в определенных обстоятельствах мать не может работать — например, когда рождается третий ребенок. Но даже в этом случае перерыв в работе часто бывает временным — скажем, до тех пор, пока младшему не исполнится два года.

Работающие француженки считают, что бросать карьеру, пусть и на пару лет, очень и очень рискованно.

— Допустим, твой муж потеряет работу, — и что вы будете делать? — спрашивает моя подруга Даниэль.

Элен, инженер и мать троих детей, утверждает, что предпочла бы не работать и жить на заработок мужа, но так нельзя. Ведь «муж может исчезнуть в любой момент».

Француженки работают не только для того, чтобы обеспечить себе финансовую независимость, но и ради статуса. Неработающим мамам в этом плане похвастать нечем — по крайней мере в Париже. У французов перед глазами стереотипный образ угрюмой домохозяйки, с которой в гостях никто не хочет разговаривать.

— У меня есть две неработающие подруги, и никого они не интересуют, — говорит Даниэль. Сама она журналистка, ей пятьдесят с небольшим, у нее есть дочь-подросток. — Когда дети вырастут, какая будет польза от неработающей матери?

Француженки также признают, что если бы они целый день сидели с детьми, качество их жизни пострадало бы.

Французская пресса, не церемонясь, говорит как о

преимуществах, так и о недостатках подобного опыта. К примеру, в одной из статей утверждается, что неработающие мамы «могут видеть, как растут их дети, а это важно. Однако у положения „мама-домохозяйка“ есть и существенные минусы: главным образом отсутствие общения и одиночество».

Поскольку в Париже не так много «мам на полный день» из среднего класса, здесь днем с огнем не сыщешь игровые группы, функционирующие в рабочее время, мероприятия «вместе с мамой» и прочее. Те, что есть, организованы в основном иностранцами и для иностранцев. В нашей игровой группе есть один мальчик-француз, но его приводит няня. Мама мальчика работает адвокатом и хочет, чтобы ее малыш общался с англоговорящими детьми. (Я, правда, ни разу не слышала, чтобы он говорил по-английски.) Сама она появилась в группе лишь раз — когда пришла ее очередь дежурить. Примчалась из офиса в туфлях на высоком каблуке и деловом костюме, таращилась на нас, американских мамочек в кроссовках и с огромными сумками, раздувшимися от подгузников, как на диковинных зверей в зоопарке.

Принятый у нас в Америке (да и не только у нас) стиль воспитания — игры для раннего развития детей, многочисленные центры, соревнующиеся за звание самого «развивающего», — уже давно превратился в клише. Появилось много оппонентов этого метода и даже противников. Потому меня и поражает картина, увиденная на одной из площадок в Нью-Йорке. Эта площадка предназначена для самых маленьких, с низкой горкой и игрушками-качалками в виде животных; от остальной части парка она отгорожена высокими металлическими воротами. Здесь все устроено для того, чтобы дети могли лазить где угодно, не расшибая себе лбы. По периметру, совсем как во Франции, восседают няни: они болтают и наблюдают за своими подопечными.

Но вот появляется белая женщина, явно не бедная. Она проводит своего маленького сына по площадке, комментируя каждый шаг:

— Хочешь покататься на лягушечке, Калеб? А на качелях? Вот мы с тобой качаемся.

Калеб не обращает на нее ни малейшего внимания. Ему просто хочется погулять. Но его мать неотступно следует за ним, не закрывая рта.

Решаю, что Калебу просто досталась такая вот упертая мамаша. Но нет, буквально через минуту приходит еще одна, такая же дорого одетая мамочка со светловолосым малышом в

черной футболке. И тоже озвучивает каждое его движение. Когда мальчик подходит к воротам и замирает, глядя на лужайку, мама, видимо, решает, что это занятие недостаточно стимулирует развитие. Она подбегает к нему и переворачивает его вниз головой.

— Висим вниз головой! — кричит она. А через секунду задирает свою майку, чтобы покормить ребенка. — Малыш гуляет в парке! Малыш гуляет в парке! — доносится до меня, пока он сосет.

Все это повторяют еще несколько мамаш с детьми. Побыв на площадке час, я уже могу предсказать, какая мама сейчас пустится в «развивающий монолог», просто взглянув на марку ее сумки. Но больше всего меня удивляет, что эти женщины не боятся показаться чокнутыми. Они не шепотом произносят свои комментарии, а громко, во всеуслышание. Джудит Вагнер пишет об этом в своей книге «Полное безумие». После рождения первой дочери она «разговаривала с ней, пела, сочиняла сказки на разные голоса, комментировала происходящее за окном во время поездки на автомобиле, читала книги за обедом». Все это продолжалось до тех пор, пока ее дочери не исполнилось четыре с половиной; тогда она поняла, что «превратилась в человека-телевизор, транслирующего круглосуточные детские программы, а своих мыслей у меня уже не осталось».

Когда я описываю эту картину Мишелю Коэну, французу-педиатру из Нью-Йорка, тот сразу понимает о чем речь. По его мнению, эти женщины вещают так громко, чтобы всем показать: смотрите, какая я хорошая мать! Подобная практика настолько распространена, что Коэн даже посвятил ей отдельную главу в своей книге — «Стимуляция развития». Он недвусмысленно велит матерям отказаться от «комментирования». «Периоды игры и веселья должны естественным образом сменяться затишьем и молчанием, — пишет Коэн. — Не нужно постоянно разговаривать с ребенком, петь ему песенки и вообще всячески его развлекать».

Какого бы мнения вы ни придерживались на этот счет, очевидно, что матери, практикующие метод чрезвычайной опеки, получают гораздо меньше удовольствия от общения с детьми. Даже смотреть на них утомительно.

А ведь за пределами детской площадки эта «игра в озвучку» не кончается. «Нас уже не волнует проблема ослепительной белизны белья, но готова поспорить, что многие мамы не спят ночами, размышляя над тем, почему малыш Джаспер до сих пор не приучился ходить на горшок», — пишет Кэйти Эллисон Гранжу на *babble.com*. И описывает свою знакомую мамочку со степенью магистра биологии, которая целую неделю — неделю! — убила на

то, чтобы научить своего карапуза пользоваться ложкой. И ведь наверняка у нее возникали сомнения: нормально ли это? Но она упорно продолжала.

Мы, американские мамы, прекрасно понимаем, что подобные «интенсивные методы» имеют свою цену. Как и нашим родителям, которые спрашивали у Жана Пиаже, как ускорить развитие детей, нам кажется, что темп их развития зависит от нас, от того, сколько времени мы им уделяем. Мы уверены, что, если не приучать малыша пользоваться ложкой и не комментировать его катание с горки, это нанесет непоправимый урон его развитию, особенно если учесть, что все вокруг так делают.

«Родители из среднего класса воспринимают своего ребенка как проект, — пишет социолог Аннетт Ларо. — Они стремятся развивать его таланты и умения посредством ряда организованных действий и интенсивного процесса тренировки логического мышления и речи, а когда ребенок подрастает, они продолжают пристально следить за его учебой в школе».

Само мое решение остаться жить во Франции — одно гигантское проявление феномена «раннего развития». Мой проект — сделать своих детей билингвами, космополитами и гурманами, разбирающимися в изысканных сырах. Но по иронии судьбы во Франции принята совсем другая модель воспитания — и нет ни одного детского сада «для одаренных».

В моей стране общественное мнение даже не оставляет выбора, заниматься или не заниматься «ранним развитием»: требования к родителям все выше и выше. Моя подруга, работающая полный день, как-то пожаловалась, что теперь, оказывается, мало ходить на футбольные матчи — «хорошие мамы» посещают еще и все тренировки своих детей. Аннетт Ларо пишет, что многие семьи среднего класса живут по крайне напряженному графику: родители работают полный день, затем идут за покупками, готовят, следят за тем, как дети выполняют домашние задания, а также развозят их по внешкольным занятиям. «Их жизнь настолько загружена, что дом нередко превращается в некое временное пристанище, где можно лишь отдохнуть между занятиями», — констатирует она.

Француженку Элизабет, живущую в Бруклине, несказанно удивляет, какое значение родители-американцы уделяют спортивным достижениям своих детей. Она несколько раз меняла дату празднования десятилетия своего сына, чтобы подстроиться под расписание матчей всех его американских друзей. При этом абсолютное большинство мамочек считает, что без их ребенка матч состояться не может, ведь на него «рассчитывает вся

команда», а если он не придет, они «точно проиграют»!

Американское стремление к превосходству во всем нередко начинается, когда ребенок еще не умеет ходить. Мне приходилось слышать о нью-йоркских мамах, нанимавших своим годовалым (!) малышам репетиторов по французскому, испанскому и китайскому. Одна такая мамочка прекратила занятия французским, когда ее ребенку исполнилось два года, зато пригласила учителей рисования, музыки, плавания и математики. Сама она бросила работу консультанта по менеджменту и полностью посвятила себя попыткам пробить место для ребенка в нескольких престижных садах.

Как-то раз в Майами я обедала с совершенно адекватной американкой по имени Даниэль. Мне казалось, что уж если кто и способен избежать родительской лихорадки, так это она. Спокойная, не зараженная вещизмом, хотя и живет в городе, где есть мода даже на ювелирку. В детстве она жила в Италии, говорит на трех языках и очень уверена в себе. Имеет MBA и внушительное резюме.

В наших с ней разговорах Даниэль не одобряла чрезмерно озабоченных мамаш. К примеру, она с ужасом рассказывала об одной женщине из своего квартала, чей четырехлетний малыш занимается теннисом, футболом, французским и берет уроки игры на пианино. Его мать — настоящая фанатичка, и одно ее присутствие заставляет других родителей нервничать.

— Начинаешь переживать: ее ребенок посещает так много занятий, а как же мой будет выглядеть на его фоне? Приходится говорить самой себе, что это не главное!

Тем не менее получилось так, что и Даниэль стала почти беспрерывно водить своих четверых детей на всякие «развивалки». Типичная неделя ее семилетней Джулианы выглядит так: футбол по вторникам и четвергам, в среду — воскресная школа, раз в две недели по четвергам — герлскауты (после футбола), а в пятницу — игровая группа. Вернувшись домой Джулиана два часа делает уроки.

— Вот вчера ей задали сочинить сказку, а также написать мини-эссе о том, как Мартин Лютер Кинг изменил Америку. И еще надо готовиться к экзамену по испанскому, — рассказывает Даниэль.

Недавно Джулиана заявила, что хочет после школы ходить в секцию керамики.

— А я чувствую себя виноватой, — говорит Даниэль, — потому что у них в школе нет никаких уроков творчества, и согласилась на эту керамику. У нее был единственный свободный день — понедельник…

Теперь у Джулианы нет ни одного свободного дня. А ведь у моей знакомой еще трое детей.

— Не будь у нас в бизнес-школе курса управления производством, я бы в жизни не осилила задачу: как развезти всех детей туда, где им нужно быть, — признается она.

Даниэль допускает, что можно было бы отказаться от всех этих кружков, кроме футбола (ее муж — футбольный тренер). Но чем тогда дети будут заниматься дома? Ведь им даже не с кем будет поиграть: все соседские дети тоже на «развивалках».

В результате Даниэль на работу так и не вернулась.

— Мне всегда казалось — что когда дети пойдут в первый класс, я снова смогу выйти на работу на полный день, — извиняющимся тоном говорит она, а потом бежит к машине.

То, что во Франции есть государственные ясли и детсады, безусловно, облегчает жизнь здешним мамочкам. Но, вернувшись в Париж, замечаю, что француженки главным образом облегчают жизнь *сами себе.* Например, привести ребенка в гости поиграть означает для француженки: оставить его и уйти. (А мои подруги-американки считают, что мама при этом и сама должна торчать в гостях пока малыши играют.) Французы не равнодушны — они практичны. Они знают, что у мам есть и другие дела. Лишь изредка, когда я забираю Бин, мы можем выпить с хозяйкой дома по чашечке кофе и немного поболтать.

То же самое с днями рождения. В моей стране почему-то считается, что я должна торчать на детском празднике всю дорогу и общаться с другими мамашами — а ведь это иногда затягивается на несколько часов! Никто не говорит об этом вслух, но подразумевается, что так нужно, чтобы обеспечить комфорт и безопасность своему ребенку.

У французов начиная с трех лет все детские праздники проходят без родителей. Они просто принимают на веру, что с их ребенком все будет в порядке. Родителей обычно приглашают в самом конце — выпить по бокалу шампанского и немного пообщаться. Мы с Саймоном всегда радуемся приглашениям на такие праздники — это возможность бесплатно оставить детей под присмотром и коктейль в качестве бонуса!

Во Франции есть даже особое слово для тех мамаш, которые целый день возят своих детей из одного кружка в другой: *maman-taxi*, «мама-такси». И это не комплимент. Натали, парижский архитектор и мама троих детей, говорит, что специально наняла няню, чтобы с утра в субботу возить малышей по секциям. Тем временем они с мужем идут обедать в ресторан.

— Когда я рядом, посвящаю детям сто процентов своего

времени. Но если меня нет, значит — нет, — говорит она.

Вирджини, мой «консультант по похудению», почти каждое утро встречается с компанией мамочек из школы, где учится ее сын. Однажды утром присоединяюсь к ним и завариваю о внешкольных занятиях. Атмосфера тут же накаляется. Вирджини отвечает за всех:

— Детей нужно оставлять в покое. Пусть им будет немного скучно дома, но должно же у них быть время для самостоятельных игр!

Дело не в том, что Вирджини и ее подруги не хотят или не могут заниматься детьми. У них высшее образование. Они любят своих малышей. Дома полно книг, их дети посещают уроки тенниса, фехтования, игры на гитаре, пианино и даже рестлинга. Но, как правило, *они занимаются чем-то одним.*

Одна мамочка в кафе — фигуристая журналистка, которая, как и я, пытается похудеть, — говорит, что перестала водить детей на внешкольные занятия, потому что они «слишком напрягают».

— Напрягают кого? — спрашиваю я.

— Меня, — отвечает она. И поясняет: — Приводишь детей, ждешь час, забираешь, едешь с ними еще куда-то. Если занимаются музыкой, надо заставлять играть по вечерам… Лично мне все это кажется пустой тратой времени. Детям все эти занятия не нужны. У них и так полно школьных заданий и домашних дел. Поиграть можно и дома, к тому же их двое, скучно моим детям уж точно никогда не будет. Каждые выходные мы куда-нибудь выезжаем всей семьей.

Меня поражает, насколько отличается повседневная жизнь француженок от нашей из-за разницы в восприятии. Когда у них появляется свободное время, они способны абстрагироваться, расслабиться — и гордятся этим! В парикмахерской вырываю из французского *Elle* статью, в которой одна мама рассказывает о том, как ей нравится водить двух своих мальчиков на старую карусель рядом с Эйфелевой башней: «Пока Оскар и Леон крутятся… я провожу полчаса в полном блаженстве. Выключаю телефон и просто наслаждаюсь моментом… эта карусель лучше няни!»

Я тоже хорошо знаю эту карусель. Ведь я дежурю там по полчаса и машу Бин рукой каждый раз, когда она проезжает мимо.

То, что многие мамы во Франции придерживаются подобного стиля воспитания, — не совпадение. «Давайте оставим детей в покое» — этот принцип восходит к Франсуазе Дольто, «святой-

покровительнице французских родителей». Она выступала за то, чтобы дети, в безопасной среде предоставленные самим себе, наслаждались полной свободой и познавали мир.

«Почему мать должна делать все за своего ребенка? — вопрошает Дольто в книге „Основные этапы детства“ (это сборник ее заметок). — Ведь ему так нравится самостоятельно решать проблемы: самому одеваться по утрам, надевать ботинки и свитер, пусть и задом наперед, путаться в штанинах, играть в своем углу… Он не сможет пойти на рынок с матерью? Тем хуже — или лучше — для него!»

В День взятия Бастилии веду Бин на лужайку в соседнем парке. Там полно родителей с маленькими детьми. Я не комментирую каждый шаг Бин, но и не рассчитываю, что мне удастся заглянуть в журнал трехнедельной давности, который я взяла для себя (помимо здоровенного мешка с игрушками и книжками для Бин). Весь день я придумываю ей игры и читаю вслух.

Рядом на одеяле сидит мамочка-француженка. Стройная, рыжеволосая, она разговаривает с подругой, а ее годовалая дочь тем временем играет с… да непонятно с чем! Кажется, мать на весь день захватила с собой только мячик. Они обедают, потом малышка катается по траве, просто смотрит по сторонам. Мама тем временем ведет полноценный взрослый разговор со своей подругой.

Солнце в парке одно, и лужайка одна. Но я гуляю по-американски, а она — по-французски. В точности как нью-йоркские мамы, я пытаюсь стимулировать Бин, чтобы та скорее развивалась. И готова ради этого пожертвовать собственным удовольствием.

А француженка дает своей дочери шанс познать мир самостоятельно, и это ее полностью устраивает. А главное — это устраивает ее дочь.

Теперь мне понятно, почему французские мамы всегда выглядят так невозмутимо. Но кое-какие части головоломки по-прежнему не дают мне покоя. Чего-то не хватает. Ведь я так и не выяснила, каким образом француженки справляются с угрызениями совести.

Сегодня американские мамы тратят больше времени на уход за детьми, чем в 1965 году. Ради этого они жертвуют домашними делами, отдыхом и сном. И все равно им кажется, что они уделяют детям недостаточно времени. В результате возникает глубокое чувство вины. Я убеждаюсь в этом, наведавшись в гости к Эмили, живущей в Атланте с мужем и полуторагодовалой

дочкой. Пробыв в обществе Эмили несколько часов, я вдруг понимаю, что за это время уже раз семь услышала: «Я плохая мать». Она повторяет это, уступив просьбам дочери дать ей еще молока, или когда ей не хватает времени прочесть дочке вслух третью книжку, хотя прочла уже две, или когда пытается уложить девочку спать по режиму, или оправдываясь, почему иногда не подходит к малышке, когда та плачет по ночам.

Другие американские мамы тоже часто произносят фразу — «Я плохая мать». Это как нервный тик. Глядя на Эмили, думаю, что эти слова успокаивают ее, несмотря на их негативное значение.

Чувство вины для американок — своего рода эмоциональная пошлина, которую они платят за то, что выходят на работу, не покупают экологически чистых овощей или сажают детей перед телевизором, чтобы самим спокойно посидеть в Интернете или приготовить ужин. Если мы испытываем угрызения совести, нам легче решиться на все это. Ведь мы не просто ведем себя эгоистично; мы «заплатили» за свои промахи.

Француженки и в этом от нас отличаются. Они тоже порой испытывают искушение поддаться чувству вины. Им так же не хватает времени, и точно так же кажется, что они не справляются со своими обязанностями. Ведь у них не просто маленькие дети — они еще и работают.

Разница в том, что для француженок чувство вины — не признак хорошей матери. Напротив, они воспринимают его как нечто нездоровое, неприятное и всячески пытаются от него избавиться.

— Угрызения совести — это ловушка, — говорит моя подруга Шерон, литературный агент.

Когда они с подружками-француженками встречаются, чтобы выпить по коктейлю, то каждый раз напоминают друг другу, что идеальных мам не существует.

— Мы говорим так, чтобы поддержать друг друга.

Стандарты для мам во Франции высоки. Мама здесь

должна быть и успешной, и сексуальной, и готовить домашние ужины каждый вечер. Поскольку все это само по себе сложно, француженки не хотят обременять себя еще и чувством вины.

Моя подруга, журналистка Даниэль — одна из авторов книги «Идеальная мама — это ты» (*La mère parfaite, c'est vous)*. Она до сих пор вспоминает, как отдала дочь в ясли, когда той было пять месяцев.

— Мне было невыносимо оставлять ее там, но, если бы я осталась с ней дома и не вышла на работу, было бы еще хуже —

объясняет она.

Даниэль заставила себя пережить это чувство вины и наконец отбросить его.

— Да, мы чувствуем себя виноватыми и живем дальше, — сказала она. И добавляет в утешение: — Идеальных мам не существует.

Еще француженки считают, что матерям не стоит проводить все время с детьми, — и это укрепляет их уверенность в том, что терзаться чувством вины бессмысленно. Если ты не расстаешься с ребенком, то рискуешь задушить его своим вниманием и беспокойством или построить тип отношений, который по-французски называется *relation fusionnelle* — это когда нужды матери и ребенка слишком тесно переплетаются. Детям — даже младенцам, — нужен свой собственный внутренний мир, без постоянного вмешательства матери.

— Если ребенок — ваша единственная цель в жизни, что ж, ему не позавидуешь, — говорит Даниэль. — Во что превратится его жизнь, если для матери он — единственная радость? Думаю, любой психоаналитик со мной согласится.

Однако существует риск переборщить с «разделением». Когда министр юстиции Франции Рашида Дати вышла на работу через пять дней после рождения дочери Зохры, французская пресса выразила единогласное неодобрение. В исследовании, проведенном французским изданием журнала *Elle,* 42 % опрошенных охарактеризовали Дати как «чрезмерно увлеченную карьерой». (Даже то, что она родила в сорок три, была матерью-одиночкой и отказалась обнародовать имя отца, не вызвало столько пересудов.)

Когда мы, американцы, говорим о равновесии карьеры и личной жизни, то обычно имеем в виду некое жонглирование, когда пытаешься одновременно разрулить несколько дел, при этом не напортачив слишком сильно ни тут, ни там. Французы тоже говорят о равновесии — *l'équilibré.* Но для них это совсем другое. Равновесие — это когда ни один аспект твоей жизни не перекрывает другой. Это касается и воспитания детей. Равновесие для французов — как сбалансированный обед с правильным сочетанием белков, углеводов, фруктов, овощей и сладкого. В этом смысле у «карьеристки» Рашиды Дати та же проблема, что у мам-домохозяек: жизнь, в которой слишком силен перевес в одну сторону.

Разумеется, для некоторых француженок равновесие — всего лишь идеал. Но утешает мысль о том, что этот идеал где-то да существует. Когда я прошу свою подругу Эстер, работающую полный день, оценить себя как мать, она отвечает просто, без

капли нервозности, чем совершенно пленяет меня:

— Как правило, я не сомневаюсь в том, хорошая ли я мама, потому что уверена: хорошая.

Инес де ла Фрессанж — необычная француженка. В 1980-х она была музой Карла Лагерфельда и лицом дома «Шанель». Потом ее пригласили стать моделью для Марианны, символа Франции, — этот бюст стоит во всех государственных учреждениях и изображен на почтовых марках. В прошлом для бюста Марианны позировали Брижит Бардо и Катрин Денёв. Когда Инес де ла Фрессанж приняла предложение, это стало концом ее сотрудничества с Лагерфельдом. Говорят, он сказал, что «не хочет одевать памятник».

Сейчас Инес чуть больше пятидесяти, и она совсем не изменилась: та же стройная кареглазая брюнетка, чьи ноги не помещаются под столиком в кафе. Она основала собственную марку одежды и до сих пор выходит на подиум. В 2009 году читатели «Мадам Фигаро» назвали ее воплощением настоящей парижанки.

А еще Инес де ла Фрессанж — мама. Ее длинноногие и фотогеничные дочки — 18-летняя Нина и 23-летняя Виолетта — уже успели стать фотомоделями и сделать карьеру в мире моды.

Мадам часто подшучивает над тем, что ее считают красавицей, называя себя «загорелой каланчой». А еще она говорит, что и как мать далеко не идеал. «Забываю по утрам заниматься йогой и крашу ресницы и губы всегда только в машине. Важно избавиться от чувства вины из-за собственного несовершенства».

Де ла Фрессанж, конечно же, нетипичный пример. Но она воплощает идеал французов — это женщина, которой удалось достичь равновесия. В интервью *Paris Match* она рассказывает о том, как через три года после смерти мужа встретила мужчину на курорте во французских Альпах, где отдыхала с дочками. Так уж вышло, что мужчина оказался издателем одного из самых авторитетных журналов во Франции и обладателем ордена Почетного легиона. Она велела поклоннику подождать несколько месяцев, сказав, что еще не готова к серьезным отношениям. Но в конце концов сама позвонила ему. «Ну ладно, я мать, и я работаю, но ведь я еще и женщина. Да и девочкам лучше, когда их мама влюблена.»

ГЛАВА 9
Кака!

Бин исполняется три года, и она начинает часто использовать одно выражение, которое я раньше никогда не слышала. Сначала мне кажется, что она говорит «кака будда», что вряд ли понравилось бы нашим друзьям-буддистам (как и во многих языках мира, «кака» по-французски означает «кака»). Но вскоре я понимаю, что она кричит «кака будан» *(caca boudin)*. *Boudin* по-французски — «сосиска», а все вместе — получается «какашка». Итак, моя дочь расхаживает, крича во весь голос «какашка» (извините мой французский).

Как и все хорошие ругательства, «какашка» подходит для любой ситуации. Бин радостно выкрикивает это слово, когда носится по дому с друзьями. В ее устах оно может означать «какая разница», «оставьте меня в покое» и «не ваше дело». Ответ на любой вопрос!

Я:

— Что делали сегодня в саду?

Бин (презрительно фыркнув):

— Кака.

Я:

— Хочешь брокколи?

Бин (заливаясь смехом):

— Кака!

Мы с Саймоном понятия не имеем, что делать с этой какой. Считать грубостью или умиляться? Злиться или смеяться? Мы не понимаем контекста, а поскольку сами не были детьми во Франции, не знаем, можно так говорить или нет. И на всякий случай запрещаем. Бин идет на компромисс: продолжает твердить «кака» к месту и не к месту, но каждый раз добавляет:

— Плохое слово! Так нельзя говорить.

То, что Бин начала болтать по-французски, конечно же, хорошо. Когда мы едем в Америку на Рождество, друзья моей мамы умоляют Бин повторить с парижским акцентом, как зовут ее парикмахера. (Жан-Пьер сделал ей короткую стрижку, и теперь при виде нашей девочки все умиляются: настоящая парижанка!) Бин с радостью поет песенки, выученные в детском саду. И представьте мое удивление, когда она, разворачивая подарок, спонтанно восклицает:

— О-ля-ля!

Но я понимаю, что ребенок-билингва — не просто повод

умилиться на вечеринке, а двуязычие — не просто навык. По мере того как Бин совершенствует свой французский, она приносит домой из садика не только незнакомые нам выражения, но и новые понятия и правила. Новый язык делает ее не просто франкоговорящей девочкой — он делает ее француженкой. И я не уверена, нравится ли мне все это. Я даже не знаю толком, какие они, француженки.

В основном «офранцуживание» Бин происходит в детском саду. Бин пошла в *école maternelle,* бесплатный государственный детский сад. Она ходит туда на весь день, четыре раза в неделю, кроме среды. Посещать детский сад необязательно, и ходить туда можно не каждый день. Но почти все французские трехлетки — на полной неделе, и все получают одинаковое воспитание. Так во Франции растят настоящих французов.

Задачи французского детского сада довольно серьезны. По сути, это национальный проект по превращению бестолковых трехлеток в цивилизованных, неравнодушных к чужим проблемам людей. Брошюрка для родителей, подготовленная Министерством образования, объясняет, что в детском саду малыши «открывают для себя все многообразие общества и ограничения, которые оно накладывает. Они рады, что их признают и принимают, и сами учатся взаимодействовать с другими детьми».

Шарлотта, проработавшая воспитателем детского сада тридцать лет (дети до сих пор называют ее чудесным словом *maitresse,* наставница, в буквальном переводе — хозяйка), говорит, что в первый год в детском саду дети ведут себя очень эгоистично.

— Они не понимают, что воспитатель в саду один на всех, — объясняет она.

Лишь постепенно до них доходит, что, когда воспитатель обращается к группе, его слова адресованы каждому.

Обычно малыши в саду играют в игры по своему выбору, в группах из трех-четырех человек, за отдельными столиками либо в разных уголках комнаты.

Для меня детский сад — это своего рода художественная школа для маленьких людей. В первый год на стенах комнаты (или класса), где занимается группа Бин, вскоре не остается свободного места: все завешано детскими рисунками.

Среди целей *école maternelle* — обучить детей «воспринимать, ощущать, придумывать и создавать». Дети учатся поднимать руку по-французски — вытянув вверх один палец. Немало внимания уделяют и тому, чтобы научить их слушаться.

Отдав Бин в сад, я, конечно, тревожусь. Ясли были большой

песочницей. А сад здесь уже похож на школу. Группы здесь большие. Меня предупредили, что родителям не принято рассказывать о том, чем занимаются дети в течение дня. Одна американка призналась, что перестала расспрашивать воспитательницу об успехах дочери после того, как та заявила:

— Если я вам ничего не рассказываю, значит, у вашей девочки все в порядке.

Воспитательница Бин тоже немногословная дама: единственный отзыв о моей дочери за весь год: «Она очень спокойная». (Бин обожает воспитательницу и души не чает в своих со групп никах.)

В первый год меня несколько напрягает то, что дети почти всегда рисуют одно и то же. Однажды утром прихожу и вижу на стенах двадцать пять одинаковых желтых человечков с зелеными глазами. Поскольку я сама не способна написать ничего без жестких сроков (которые все равно иногда приходится растягивать), мне нетрудно понять, как важны рамки. Но как-то странно видеть двадцать пять одинаковых человечков. Зато следующий год, каждый рисует, что хочет.

У «первоклашек» на стене нет даже алфавита — одни рисунки. И на родительском собрании никто не заикается о чтении. Похоже, здешних родителей гораздо больше интересует вопрос, стоит ли кормить улиток в аквариуме латуком (маленьких улиток, не тех, что для еды).

Постепенно до меня доходит, что детей во французском саду вообще не учат читать — а ведь детский сад заканчивается, когда им уже шесть лет! Но при этом они учат буквы и звуки, запоминают, как пишутся их имена. Некоторые родители утверждают, что дети сами учатся читать, хотя я так и не поняла, чьи это дети, потому что никто этим умением не хвастается. (Детей во Франции учат читать в первом классе школы, то есть в семь лет.)

Такое попустительство противоречит моему главному убеждению: чем раньше, тем лучше. Но даже самые продвинутые родители из садика Бин, похоже, никуда не спешат.

— Не хочу, чтобы дети тратили время на чтение сейчас, — заявляет журналистка Марион. Они с мужем убеждены в том, что в дошкольном возрасте детям гораздо важнее обучиться навыкам социализации: умению упорядочивать свои мысли и хорошо разговаривать.

В этом отношении им повезло. Хотя в саду и не учат чтению, но умению разговаривать здесь обучают по полной программе. Более того, оказывается, основная задача пребывания детей в детском саду — совершенствование разговорного французского

языка для всех детей, независимо от происхождения. В брошюре для родителей написано, что французский, которому обучают в саду, «богат, структурирован и понятен всем» (то есть после сада дети будут знать французский гораздо лучше меня). По словам Шарлотты, наставницы Бин, дети эмигрантов обычно приходят в сад в сентябре, зная лишь основы французского или вообще не зная ни слова. К марту они уже болтают чуть ли не лучше самих французов. Логика французов такова: если дети научатся говорить четко, они смогут четко формулировать свои мысли.

Помимо совершенствования разговорной практики, дети учатся «слушать, задавать вопросы и с каждым днем вести все более рациональный диалог. Они начинают понимать, что существует точка зрения, отличная от их собственной. Столкновение с логическим мышлением помогает научиться рассуждать. Дети учатся считать, классифицировать, упорядочивать и объяснять» (цитата из той же брошюры для родителей). Все эти французские философы и интеллектуалы, что разглагольствуют на телевидении, видимо, научились аналитически мыслить еще в детском саду.

Я бесконечно рада тому, что Бин ходит в сад. Мне ли не знать, каких усилий стоило моим подругам из Штатов (даже тем, кто не пытался обучить своих младенцев чтению с пеленок) выбить место в частном детском саду (которое порой обходится до 12 тысяч долларов в год за полдня пребывания). У меня есть одна знакомая в Нью-Джерси, которая каждый день тратит 50 минут, чтобы отвезти своих близняшек в сад. Когда она возвращается домой, ей едва хватает времени принять душ и закинуть белье в стиральную машину, и снова пора ехать в сад за детьми. Дороговизна детских садов — притча во языцех. В опросе, проведенном среди американских семей с двумя маленькими детьми, расходы на детский сад или няню идут первой строчкой.

Конечно, французская *école maternelle* далека от идеала. Воспитатели — даже хорошие — работают по договору временного найма. (У главной воспитательницы есть помощница, на подхвате, — принести карандаши и краски, отвести ребенка в туалет, разнять расшалившихся малышей.) Существует вечная проблема с финансированием, не всем детям хватает мест. В группе Бин двадцать пять человек — кажется, много, но бывает и больше.

Среди плюсов детского сада: платим мы только за обеды (их стоимость определяется в зависимости от дохода родителей — от 13 центов до 5 евро в день). Наш сад в семи минутах пешком от

дома. Открыт с 8.20 до 16.20, четыре дня в неделю. Маме в таких условиях очень легко работать. Дополнительно за небольшую плату есть группа продленного дня, где можно оставить детей до вечера и по средам. Группа работает также в каникулы и почти все лето: когда тепло, малышей водят в парки и музеи.

Благодаря детскому саду моя маленькая дочка-американка постепенно превращается во француженку. По правде говоря, сад «офранцуживает» даже меня.

В отличие от яслей, родители в детском саду проявляют живой интерес и к Бин, и ко мне. Нашу семью теперь рассматривают как спутников, с которыми придется провести несколько лет до школы (в отличие от яслей — тогда было непонятно, в какие сады пойдут дети). В группе Бин есть несколько мамочек с маленькими детьми — они в декретном отпуске. Когда я забираю Бин в конце дня и веду в парк через дорогу, мы с ними общаемся, пока дети играют. Нас даже приглашают в гости на ужины, полдники и дни рождения!

Благодаря саду мы все больше и больше погружаемся во французскую жизнь. И все больше понимаем, что в семьях французов соблюдают незнакомые нам правила. После ужина в гостях у моей подруги Эстер и ее мужа (наши девочки одного возраста) Эстер вдруг начинает сердиться, когда ее малышка отказывается выходить из комнаты, чтобы попрощаться. Наконец Эстер заходит в детскую и буквально вытаскивает ребенка за руку.

— *Au revoir,* — смущенно произносит четырехлетка, и Эстер успокаивается.

Разумеется, и я учу Бин «волшебным словам»: «пожалуйста» и «спасибо». Но оказывается, во французском языке четыре волшебных слова: *s'il vous plait* (пожалуйста), *merci* (спасибо), *bonjour* (здравствуйте) и *au revoir* (до свидания). «Спасибо» и «пожалуйста» — недостаточно. Для французов гораздо важнее всегда здороваться и прощаться — особенно здороваться. (Оказывается, что для того, чтобы стать своей во Франции, мне надо было прежде всего научиться говорить *bonjour!)*

— Для меня главное, чтобы дети могли сказать *merci, bonjour и bonjour, madame* (спасибо, здравствуйте и здравствуйте, мадам), — признается Одри Гутар, французская журналистка с тремя детьми. — Я их с года натаскиваю, даже не представляешь как. По пятнадцать раз в день повторяем.

Для некоторых из французов мало обычного *bonjour.*

— Здороваться нужно уверенно, ведь это закладывает основу дружеских отношений, — уверена другая мамочка, Вирджини,

моя стройная подруга, которая также заставляет своих детей говорить *bonjour, monsieur* и *bonjour, madame.*

А вот моя подруга Эстер и вовсе наказывает дочь, если та забывает поздороваться.

— Не желает здороваться — пусть сидит в своей комнате, никакого ужина с гостями, — говорит она. — Зато теперь она здоровается всегда. Пусть не совсем искренне, но повторение — мать учения.

Бенуа, профессор, отец двоих детей, рассказывает, как повез однажды малышей в гости к бабушке и дедушке, чем спровоцировал семейный кризис. Его трехлетняя дочь по утрам просыпалась в мрачном настроении и не хотела говорить «доброе утро» дедушке, пока не позавтракает. Наконец ее удалось уломать на *pas bonjour, papi* («недоброе утро, дедушка») по пути к столу.

— Дед был счастлив услышать хотя бы это. Пусть такой, но знак уважения, — объясняет Бенуа.

Разумеется, взрослые тоже каждый раз должны здороваться. На мой взгляд, туристов так недружелюбно встречают в парижских кафе и магазинах именно потому, что те не говорят *bonjour,* когда заходят, — пусть это даже единственное слово, которое они знают по-французски. Необходимо здороваться, когда садишься в такси; когда официантка подходит к вашему столику в ресторане; когда просишь продавца подобрать размер брюк. Французы считают, что здороваться — значит относиться к людям по-человечески, воспринимать их как равных, а не как прислугу. Меня поражает, насколько расслабляются французы, стоит лишь вежливо поздороваться с ними. Для них это знак что, со мной вполне возможно цивилизованное общение, несмотря на мой странный акцент.

А вот у меня на родине четырехлетка вовсе не обязан здороваться со мной, если приходит ко мне в гости вместе с родителями. Он будет смотреть на меня исподлобья, пока за него здороваются взрослые. По мнению американцев, тут не на что обижаться. Не нужны им эти знаки уважения, ведь ребенка за полноценного человека все равно не считают — он существует в параллельной «детской» реальности. Весь день я могу слушать рассказы о его невероятных талантах, но сам он со мной не заговорит!

За семейным обедом в США рядом сидят мои двоюродные братья и сестры в возрасте от пяти до четырнадцати. Я поражена, что никто из них не заговаривает со мной, пока я сама не обращаюсь к ним. На мои расспросы они отвечают односложно. Даже подростки не привыкли уверенно общаться с малознакомым взрослым человеком.

Французы так озабочены своим *bonjour*, потому что во Франции детей не считают бледной тенью их родителей. Ребенок здоровается — следовательно, существует. Как и любой взрослый, приглашенный в мой дом, ребенок должен сказать мне «здравствуйте».

— Приветствие — это, по сути, способ показать уважение к человеку, — говорит Бенуа. — Если дети не здороваются со взрослыми, те могут обидеться.

Обучение детей вежливости — не просто социальная условность, а общенациональный проект. На родительском собрании в саду воспитательница Бин говорит, что детей, помимо всего прочего, научат запоминать имена взрослых (Бин всех своих наставниц зовет по именам). Брошюрка для родителей подтверждает: малыши в детском саду знакомятся с понятиями «вежливость и учтивость», учатся «приветствовать воспитателя утром и прощаться с ним вечером, отвечать на вопросы, благодарить того, кто им помогает, и не прерывать говорящего».

Французским детишкам это тоже не всегда удается. Часто родитель подсказывает малышу, что нужно сказать («А ну-ка поздоровайся!»). Взрослый, с которым должен поздороваться ребенок, при этом терпеливо ждет, а потом дружелюбно говорит маме или папе «ничего страшного». И все успокаиваются.

Детей учат здороваться не только потому, что так нравится взрослым.

— Так дети избавляются от эгоизма, — говорит Эстер, которая вытащила из комнаты свою обожаемую единственную дочку, чтобы та со мной попрощалась. — Дети, которые игнорируют взрослых, не здороваются и не прощаются с ними, замкнулись в собственном коконе. Родители любят их безмерно, но как научить их, что нужно не только получать, но и отдавать?

Когда дети произносят «спасибо» и «пожалуйста», всем известные «волшебные слова», они в какой-то мере играют подчиненную роль: взрослый что-то сделал для них («спасибо») или они просят его о чем-то («пожалуйста»). Но «здравствуйте» и «до свидания» ставят ребенка на один уровень со взрослым. И укрепляют их уверенность в том, что они — полноправные «маленькие люди».

Позволив карапузу войти в мой дом без приветствия, я тем самым запускаю цепную реакцию: вскоре он будет прыгать на моем диване, отказываться есть что-либо, кроме макарон без соуса, и кусать мне ноги под столом за ужином. Достаточно дать добро на несоблюдение одного-единственного правила цивилизованного общества, как ребенок и все вокруг быстро сообразят, что и остальные правила соблюдать не обязательно;

мало того, они решат, что дети неспособны соблюдать эти правила. Простое «здравствуйте» для ребенка и окружающих означает, что он может вести себя цивилизованно. Так это «волшебное слово» задает тон общению между детьми и взрослыми.

Родители признают, что приветствие в некотором смысле «взрослый поступок».

— Не думаю, что детям так уж легко здороваться, — замечает Дениз, специалист по медицинской этике; у нее двое детей — семи и девяти лет. Однако Дениз считает, что дети ощущают себя увереннее, зная, что взрослые ценят их вежливость. — Мне кажется, что ребенок, который не здоровается со взрослыми, не чувствует уверенности в себе.

Как и его родители. Ведь умение говорить «волшебные слова» прежде всего свидетельствует о воспитании. Дети, которые предпочитают отмалчиваться, рискуют заслужить прозвище *mal élevé* — невоспитанный.

Дениз припомнила, как к ее дочери приходил в гости друг: он постоянно кричал и почему-то называл хозяйку дома *chérie* — дорогая.

— Я потом сказала мужу, что больше его не приглашу. Не хочу, чтобы мой ребенок общался с невоспитанными!

Автор книги «Большая семейная энциклопедия» (*Le Grand Livre de la Famille*) Одри Гутар пытается опровергнуть общепринятые нормы французского воспитания. Однако даже Гутар не осмеливается усомниться в важности «волшебных слов». «Действительно, во Франции ребенок, который приходит в гости и не говорит „бонжур, месье“, „бонжур, мадам“, не заслужит умиления, — говорит она. — Шестилетний ребенок, который не в состоянии оторваться от телевизора в доме, куда вы пришли в гости… скажу одно — он плохо воспитан. Это ненормально. В нашем обществе существует много условностей. Но если не соблюдать эту, вас не будут считать частью общества. Да, возможно, это глупо. Но именно по этой причине детям в дальнейшем будет сложнее интегрироваться и общаться с людьми. Будет лучше, если родители познакомят детей с этими правилами.»

Да, я замечала, что дети французов сплошь и рядом здороваются. Но не думала, что это правило — прямо-таки одна из основ общества! Оказалось, что простое «здравствуйте» означает, что вашему воспитанию уделяли внимание, и свидетельствует о том, что вы намерены соблюдать принятые в обществе правила. Окружению Бин — трех- и четырехлеткам — уже не первый год вдалбливают эту истину. Однако мы свою дочь

ничему такому не учили. В ее арсенале лишь «спасибо» и «пожалуйста», то есть она у нас воспитана наполовину. Может — о ужас! — кто-нибудь уже посчитал ее маловоспитанной?

Пытаюсь воззвать к зародышевому антропологическому чутью своей малышки и объясняю, что здороваться — национальный французский обычай, который она должна уважать.

— Мы живем во Франции, а для французов очень важно, чтобы люди говорили *bonjour*. Мы тоже должны так говорить, — натаскиваю ее в лифте по пути на день рождения. — Так что мы сейчас скажем, когда войдем?

— Кака, — отвечает Бин.

Обычно, когда мы входим, она не говорит ничего. Поэтому мне приходится соблюдать ритуал — очень громко я приказываю ей поздороваться. Хоть я отдаю дань общему правилу. И тем самым подаю Бин пример.

Однажды мы с дочерью идем в сад, вдруг она поворачивается ко мне и говорит:

— Даже если я стесняюсь, я все равно должна сказать *bonjour*.

Может, это в саду ее научили? Как бы то ни было, это хорошо. Но меня беспокоит, что она так серьезно обдумывает эти правила. Одно дело — играть во француженку, и совсем другое — действительно стать ею.

Хотя я испытываю смешанные чувства по поводу «офранцуживания» Бин, мне определенно нравится то, что она растет двуязычной. Дома мы с Саймоном говорим с дочерью только по-английски. В саду она общается исключительно на французском. Иногда меня поражает, что я родила ребенка, который спокойно использует слова типа *carottes rapées* и *confiture sur le beurre*[6].

Я думала, что маленькие дети схватывают язык на лету. Но на самом деле это больше похоже на метод проб и ошибок. Несколько человек сообщают мне, что Бин по-прежнему делает свойственные американцам ошибки. И хотя она никогда не выезжала за пределы парижской кольцевой автодороги (если не считать короткой поездки в Америку на Рождество), видимо, мы ее каким-то образом все-таки «американизировали». Но только ли мы? Однажды в среду утром отвожу ее на занятие музыкой (обычно это делает няня) и выясняю, что преподавательница общается с ней на ломаном английском — хотя с остальными детьми говорит по-французски. А учительница танцев по-французски велит всему классу лечь на пол и распластаться *comme une crêpe* («как блинчик»). Бин она приказывает

распластаться *comme une pancake*[7].

Даже я замечаю, что Бин делает много ошибок и странно строит предложения. Обычно вместо французского *pour* («для») она говорит английское *for*. Ее словарный запас ограничен тем, чему она научилась в детском саду, поэтому поговорить о машинах или, например, об ужине она не может. Однажды она вдруг спрашивает меня:

— *Avion* — это то же, что самолет?

Сама додумалась! Не понимаю пока, какие ошибки она делает, потому что билингва, а какие — просто потому, что ей всего три года. Однажды в метро она принюхивается ко мне и сообщает:

— От тебя пахнет рвомелой.

Оказывается, она соединила два слова: «рвота» и «Памела».

Через минуту она принюхивается снова.

— Ну и как я теперь пахну?

— Колледжем, — отвечает она.

Дома французские слова иногда вытесняют английские. Мы сами начинаем говорить *coucou* вместо «привет» и *guili-guili,* когда щекочем ее. Игра в прятки теперь называется *cache-cache.* Мусор мы выносим в *poubelle*, и соску Бин называет по-французски — *tétine.* Вместо «пук-пук» у нас в доме теперь делают *prouts.*

Весной первого детсадовского года друзья начинают замечать, что Бин больше не делает ошибок. И говорит, как настоящая парижанка. Она уверенно овладевает французским, я даже слышу, как она шутит по-французски с друзьями, говоря при этом с преувеличенным американским акцентом (наверное, изображает меня). Ей нравится нарочно смешивать два акцента; она придумывает, как по-французски звучали бы те или иные английские слова.

Я:

— Как по-английски *d'accord?*

Бин:

— Акко-о-о-орд (с акцентом южных американских штатов).

Мой отец в восторге от того, что у него растет «французская» внучка, и просит Бин, называть его *grand-père.* Но Бин такое даже в голову не приходит. Она же знает, что он не француз. Поэтому он остается просто дедушкой.

По вечерам мы с ней разглядываем книжки с картинками. Она радуется и, кажется, испытывает облегчение, узнав, что некоторые слова во французском и английском означают одно и то же — например, «аэроплан». А когда мы доходим до знаменитой реплики из книжек про Мадлен — «Что-то не так!», — тут же переводит ее на разговорный французский: *«Quelque chose*

ne va pas!»

Хотя у Саймона британский акцент, Бин говорит по-английски с американскими интонациями. Не знаю, чья это заслуга — моя или Элмо с «Улицы Сезам». Другие англоговорящие детишки, которых мы знаем в Париже, говорят с разными акцентами — у каждого свой. У подружки Бин произношение настоящей англичанки: ее папа из Новой Зеландии, а мама наполовину ирландка. Мальчик, у которого мама из Парижа, а папа из Калифорнии, говорит, как французский шеф-повар из американской телепередачи 1970-х годов. А наш сосед (мама — австралийка, отец говорит на фарси) и вовсе лопочет, как один из персонажей «Маппет-шоу».

Когда Бин говорит по-английски, она иногда ставит ударение не в том месте (например, в слове *salad)* или располагает слова в предложении так, как это принято во французском. Еще она переводит с французского дословно и говорит «потом» *(after)* вместо «позже» *(later)* — во французском это одно и то же слово *après*.

Бывает, Бин просто не знает, как сказать ту или иную фразу по-английски. Когда ей хочется узнать, идет ли ей платье, в подражание многочисленным диснеевским мультикам, она вопрошает: «Я ль на свете всех милее?» Но все это мелочи. Одно лето в детском лагере в Штатах — и проблем с английским не будет.

В наш лексикон входит еще одно французское слово: *bêtise*. Оно означает маленькую детскую шалость. Когда Бин вскакивает из-за стола и хватает без спроса конфету или кидает горошины на пол, мы говорим, что она «делает *bêtise». Bêtise* — это такое маленькое непослушание. «Делать *bêtise»* нехорошо, но не то чтобы очень плохо. Вот если шалостей накопится много, мы грозим Бин наказанием. Но одна шалость — ничего страшного.

Мы используем французское слово, потому что подходящего аналога для *bêtise* в английском нет. Ну нет у нас слова для «маленькой шалости»! Мы скорее скажем, что ребенок непослушный, плохо себя ведет или вообще «плохой», чем придумаем особое слово для нехорошего поступка. Но все эти выражения ничего не говорят о серьезности проступка. Разумеется, даже если мы говорим по-английски, я знаю разницу между «ударить по столу» и «ударить по лицу». Однако способность отделить на словах маленькое непослушание от большого помогает мне как родителю реагировать соответственно. Мне не приходится истерить и ругаться каждый раз, когда Бин что-то делает не так или бросает вызов моему авторитету. Ведь часто это всего лишь *bêtise*, шалость. Я рада, что

у нас есть это слово.

Большинство новых французских слов я узнаю не только от Бин, но и из многочисленных детских книжек, которых у нас набирается уже целая библиотека (дарят на дни рождения, покупаем случайно или берем за бесценок на распродажах старого барахла у соседей). Я не читаю Бин вслух, если рядом кто-то из французов, ведь я сама слышу свой американский акцент и запинаюсь, встретив незнакомые слова. Я так стараюсь не допустить слишком уж чудовищных ошибок в произношении, что сюжет улавливаю лишь с третьей попытки.

Вскоре я замечаю, что французские и английские книжки и песенки для детей отличаются не только языком. В них нередко и разная мораль. В американских книжках обычно есть проблема, попытки ее преодолеть и хэппи-энд. Например: ложка хочет стать ножом или вилкой, но в конце концов понимает, как здорово быть ложкой. Мальчик не разрешает другим детям играть в песочнице, но потом его самого выгоняют из песочницы, и он понимает, что все должны играть вместе. В общем, каждый извлекает урок, и жизнь налаживается.

И это касается не только книг. Я замечаю, что с каким-то нездоровым воодушевлением напеваю Бин: «Если ты счастлив и знаешь об этом, похлопай в ладоши» или «Солнышко завтра взойдет» (слова из мюзикла «Энни», который мы с ней смотрим). В мире, где говорят по-английски, у всех проблем есть решение, и счастье не за горами.

Французские книжки, которые мы с Бин читаем, вроде бы начинаются так же. Есть проблема, герои пытаются ее преодолеть. Но их успехи длятся недолго. Книжка часто заканчивается тем, чем началась: у главного героя опять возникает та же проблема. Крайне редко мы сталкиваемся с личностной трансформацией, где все чему-то учатся и растут на своих ошибках.

В одной из любимых французских книжек Бин рассказывается о двух красивых девочках. Они двоюродные сестры и лучшие подружки. Эльетт (рыженькая) вечно командует Алис (темноволосой). Однажды Алис решает, что так продолжаться больше не может, и перестает играть с Эльетт. Они долго не общаются, им одиноко. Наконец Эльетт приходит домой к Алис, просит прощения и обещает измениться. Алис принимает извинения. На следующей странице девочки играют в доктора, Эльетт пытается уколоть Алис шприцем. Ничего не изменилось. Конец.

Не все французские книжки заканчиваются так же, но многие. Смысл в том, что необязательно у всех историй должен быть

красивый или счастливый конец. Европейцы воспринимают это как само собой разумеющееся. Мораль историй из французских книжек, которые читает Бин, это подтверждает: жизнь не делится на черное и белое, она гораздо сложнее. Нет плохих и хороших парней: в каждом из нас есть немного и того, и другого. Да, Эльетт любит покомандовать, зато с ней весело. Алис — жертва, но разве она не сама напрашивается? Причем снова и снова. И нам остается предположить, что не совсем здоровые отношения между Эльетт и Алис продолжатся по той же схеме, потому что… да потому что так всегда бывает в отношениях двух подруг, разве нет? Жаль, что я не узнала об этом в четыре года, а догадалась лишь в тридцать.

Писательница Дебра Оливье отмечает, что американские девчушки гадают на ромашке так: «Любит — не любит». Француженки различают куда больше оттенков любви и гадают совсем по-другому: «Любит чуть-чуть, любит сильно, страстно, безумно или не любит совсем».

Герои французских книжек для детей часто обладают противоречивыми качествами. В одной из книг про «идеальную принцессу», которые так обожает Бин, Зоуи открывает подарок и заявляет, что он ей не нравится. Но на следующей странице притворяется «идеальной принцессой», подпрыгивает и говорит «спасибо» тому, кто его подарил.

Если бы эта книжка была написана для американцев, Зоуи, скорее всего, преодолела бы свои негативные импульсы и превратилась в «идеальную принцессу» раз и навсегда. Французский вариант больше похож на реальную жизнь: внутри Зоуи продолжают бороться «светлая» и «темная» стороны ее личности. Книга поощряет поведение «как у принцессы» (в конце есть даже маленький диплом «за хорошее поведение»), но ее авторы исходят из того, что всем детям свойственны маленькие шалости.

Книги для французских четырехлеток пестрят обнаженной натурой и любовными темами. К примеру, у Бин есть книжка про мальчика, который случайно пришел в школу голым. И еще одна, про то, как мальчик, случайно написавший в штанишки, влюбляется в девочку, которая отдала ему свои, после чего сделала юбку из банданы. Авторы этих книжек — как и мои знакомые родители-французы — воспринимают детсадовские влюбленности как настоящие.

У меня появляется несколько знакомых, которые выросли во Франции, хотя их родители — американцы. Когда я спрашиваю, кем они чувствуют себя — французами или американцами, почти

все отвечают, что это зависит от ситуации. Обычно они ощущают себя американцами, когда находятся во Франции, и французами, когда приезжают в Америку.

Кажется, Бин ждет похожая судьба. Кое-какие черты свойственные американским детишкам прививаются ей без труда: например, склонность постоянно ныть и плохо спать по ночам. Но над другими приходится поработать. Выбираю американские праздники, которые мы будем отмечать, отказываясь от тех, что требуют много готовки. Так, мы оставляем Хэллоуин и «выкидываем» День благодарения. День независимости (4 июля) почти совпадает с Днем взятия Бастилии (14 июля), поэтому празднуем оба одновременно. Я не уверена, что именно следует понимать под «классической американской кухней», но мне почему-то очень хочется, чтобы Бин полюбила сэндвичи с тунцом.

Я пытаюсь объяснить Бин, что значит быть американкой, но я еще хочу, чтобы она почувствовала, что значит быть еврейкой. В детском саду записываю ее в список тех, кто не ест свинину, хотя это вряд ли укрепит ее религиозное рвение. Она все пытается понять, что это за евреи такие, которые даже в Санта-Клауса не верят, и как бы ей увильнуть от всего этого.

— Не хочу быть еврейкой, хочу быть англичанкой, — заявляет она нам в начале декабря.

О Боге с ней пока не хочется говорить. Боюсь, если скажу ей, что Он всемогущ и вездесущ, то есть присутствует в том числе и в ее комнате, она до ужаса перепугается. (Она и так уже боится ведьм и волков.) Вместо этого весной готовлю чудесный ужин на еврейскую Пасху. Однако не успеваю произнести первую молитву о благословении, как Бин умоляет отпустить ее из-за стола. Саймон мрачно сидит напротив, всем своим видом показывая: «Ну, что я тебе говорил». Доедаем суп с шариками из мацы и включаем голландский футбольный матч.

Зато Ханука пользуется успехом. Возможно, потому что Бин становится на полгода старше. Плюс свечки и подарки, конечно. Но больше всего ей нравится, как мы поем и танцуем хору в гостиной, а потом в изнеможении падаем на пол.

Но через восемь дней, открыв восемь тщательно выбранных мною подарков, она по-прежнему настроена скептически.

— Ну вот и Ханука кончилась, мы больше не евреи, — говорит она. И спрашивает, придет ли к нам Санта-Клаус — *Père Noël,* о котором она так много слышала в саду.

В канун Рождества Саймон уговаривает меня набить подарками наши ботинки, расставив их у камина. Мол, так делают в Голландии, и это культурная традиция, а не религиозная. (Вообще-то голландцы выставляют тапки пятого

декабря.) Бин приходит в экстаз, проснувшись и увидев ботинки, хоть и получила в подарок дешевое йо-йо и пластиковые ножницы.

— Санта-Клаус обычно не приходит к еврейским деткам, но в этом году пришел! — щебечет она.

Теперь, когда я забираю ее из сада, между нами происходит примерно такой разговор.

Я:

— Чем занималась сегодня в саду?

Бин:

— Ела свиные отбивные.

Нам повезло, что мы, хоть и иностранцы, но из англоговорящих стран. Английский — самый популярный язык во Франции. Большинство французов моложе сорока говорят на нем довольно сносно. Воспитательница Бин просит меня и одного папу из Канады прийти как-нибудь утром и почитать детям вслух книжки на английском. Некоторые друзья Бин берут уроки английского. Их родители не устают повторять, как повезло Бин, что она билингва.

Но в том, что твои родители — иностранцы, есть и недостатки. Саймон вспоминает, как в детстве — он вырос в Голландии — ему всегда было стыдно, когда его родители говорили по-голландски на людях. Думаю об этом, когда в конце года в детском саду Бин родителей приглашают принять участие в концерте. Большинство французов, естественно, знают слова всех детских песен. Я же что-то мямлю невпопад, надеясь, что Бин меня не слышит.

Понимаю, что придется пойти на компромисс и примириться с двумя «личностями» Бин: ведь в то время как я пытаюсь сделать ее американкой, она стремительно превращается во француженку. Я уже привыкла к тому, что она называет Золушку Сандрийон, а Белоснежку — Бланш-Неж. Смеюсь, когда она сообщает, что мальчик из ее класса любит Спидеррмена — с французским раскатистым «р», — а не Спайдермена, Человека-паука. Но не хочу даже слышать о том, что семь гномов поют «Хей-хо» (а они действительно поют во французской озвучке). Некоторые вещи для американцев — святое!

К счастью, кое-какие американизмы все же очень заразны. Однажды утром веду Бин в детский сад по улицам нашего квартала, и она вдруг начинает распевать: «Солнышко завтра взойдет». Поем вместе всю дорогу. Моя оптимистичная американочка все еще со мной.

Наконец решаюсь расспросить знакомых французов об этой загадочной фразе, — «кака». В ответ они смеются над тем, что я так переживаю. Оказывается, «кака» — действительно ругательство, но только для маленьких. Дети перенимают его друг у друга примерно в то время, когда привыкают к горшку.

Когда ребенок говорит «кака», это приравнивается к маленькой шалости. Но родители понимают, что в этом вся прелесть. Дети словно показывают язык всему миру и нарушают правила. Взрослые французы, с которыми мы обсуждаем эту тему, соглашаются, что, поскольку у детей так много правил и ограничений, им нужна и свобода. «Кака» — это способ ощутить себя сильным и независимым.

Анна-Мари, бывшая воспитательница Бин, снисходительно улыбается, когда я спрашиваю ее об этом словечке.

— Это часть детсадовской среды, — объясняет она. — Мы тоже так говорили, когда были маленькими.

Все это вовсе не означает, что дети могут ругаться, когда им вздумается. Авторы энциклопедии для родителей «Ваш ребенок» советуют разрешать детям ругаться, но только когда те в туалете. Некоторые родители говорят, что запретили произносить «плохие слова» за обеденным столом. Но не запрещают их вообще, просто учат использовать в соответствующей ситуации.

Мы с Бин едем в гости к нашим друзьям-французам в Бретань, и они вместе с маленькой дочкой хозяев показывают язык бабушке. Та тут же усаживает их и читает лекцию: когда можно и нельзя делать такие вещи.

— Когда вы одни в своей комнате — пожалуйста. Одни в туалете — пожалуйста. Можете ходить босиком, высовывать язык, показывать пальцем, кричать «кака».

Все что угодно, когда рядом никого нет. Но в детском саду — нельзя! За столом — ни в коем случае! Когда рядом папа или мама — нет! На улице — нельзя! *C'est la vie.* Такова жизнь. Надо понимать разницу.

Разузнав поподробнее, что такое «кака», мы с Саймоном решаем снять мораторий на использование этого выражения. И разрешаем Бин ругаться, но только без фанатизма. Нам нравится подтекст «кака сосиски», иногда мы даже сами так говорим. Ругательство для самых маленьких: как это мило! И как по-французски!

Однако понять все тонкости употребления этого выражения нам оказывается не под силу. Однажды в воскресенье папа одной из детсадовских подружек Бин заходит к нам домой за дочкой и слышит, как Бин носится по коридору и вопит: «Кака!» Папа, который работает в банке, взглянул на меня настороженно.

Уверена, он рассказал обо всем жене, потому что та девочка у нас в гостях больше не появлялась!

ГЛАВА 10
Тандем

Итак, я достигла идеального веса, плюс-минус сто граммов. Значит, можно заводить второго ребенка!

Но забеременеть не получается.

А ведь все вокруг ходят с животами. Мои подруги, которым, как и мне, под сорок, видимо, не хотят упускать последний шанс. Когда я забеременела Бин, это было, как заказать пиццу. Хотите? Звоните и получайте! Вышло с первого раза.

Но на этот раз доставка пиццы не работает. Проходят месяцы, и я все отчетливее ощущаю, как увеличивается разница в возрасте между Бин и ее гипотетическим братиком или сестричкой, которых, возможно, и не будет. Не так уж много времени у меня осталось. Если не заведу второго ребенка в ближайшее время, маловероятно, что у меня будет третий — чисто физически невозможно. Врач говорит, что мой цикл слишком удлинился, а яйцеклетка не должна так долго лежать на полке, прежде чем воссоединится с потенциальным спутником жизни. Мне прописывают хломид, увеличивающий выработку яйцеклеток и повышающий мои шансы на зачатие. Тем временем все больше и больше подруг звонят сообщить прекрасную новость: они беременны! Я за них рада. Нет, правда.

Примерно через восемь месяцев мне рекомендуют рефлексотерапевта, который специализируется на бесплодии. У врача длинные черные волосы, ее кабинет расположен в не самом престижном деловом квартале Парижа. (В большинстве городов один китайский квартал, а в Париже их пять или шесть.) Она рассматривает мой язык, втыкает иголки в руки и интересуется продолжительностью цикла.

— Да, слишком длинный, — качает она головой и объясняет, что яйцеклетка увядает, так долго пролеживая без дела. И выписывает рецепт какого-то пойла — на вкус, как кора. Послушно пью варево. Забеременеть по-прежнему не получается.

Саймон утверждает, что одного ребенка ему вполне достаточно. Из уважения к нему обдумываю такую возможность — в течение примерно четырех секунд. Мною движет какой-то первобытный инстинкт, но это не похоже на инстинкт выживания: скорее, на неодолимую тягу к вкусненькому. Хочу еще пиццы! Возвращаюсь к своему врачу и говорю, что готова повысить ставки. Что еще она может предложить?

Врач считает, что нам рано пробовать крайнее средство —

искусственное оплодотворение (во Франции государственное страхование покрывает шесть сеансов ЭКО для женщин моложе сорока трех лет). Вместо этого она учит меня делать уколы в бедро: буду колоть лекарство, ускоряющее наступление овуляции. Чтобы метод сработал, укол нужно делать строго на четырнадцатый день цикла. Да, и еще одно условие: сразу после укола надо заняться сексом.

Но оказывается, на следующие две недели Саймон уезжает в Амстердам — у него работа. Для меня вопрос, ждать ли еще месяц, даже не стоит. Приглашаю няню и договариваюсь встретиться с Саймоном в Брюсселе — на полпути между Амстердамом и Парижем. Планируем спокойно поужинать и удалиться в гостиничный номер. Пусть ничего не выйдет, хоть отдохнем, а на следующее утро Саймон вернется в Амстердам.

На долгожданный 14-й день в Голландии поднимается ураган, на железной дороге сплошные задержки. Приезжаю в Брюссель примерно в шесть вечера, и тут звонит Саймон: его поезд встал в Роттердаме. Непонятно, какие поезда пойдут дальше и пойдут ли вообще. Может, сегодня он в Брюссель вообще не успеет. Короче говоря, он мне перезвонит. Я нажимаю «отбой», и как по команде начинается дождь.

Шприц у меня в переносном холодильнике, на льду, который растает через пару часов. Что, если поезд встанет, и там будет жарко? Бегу в супермаркет, покупаю пакет замороженного зеленого горошка и кидаю его в сумку-холодильник.

Перезванивает Саймон: отправляют поезд из Роттердама в Антверпен. Могу ли я встретиться с ним там? На огромном экране над головой вижу, что поезд из Брюсселя в Антверпен отправляется через пару минут. Хватаю холодильник с горошком и шприцем и бегу к платформе. Это похоже на сцену из «Секса в большом городе» или «Идентификации Борна», — как вам больше нравится.

Я уже готова вскочить на антверпенский поезд, когда звонит Саймон и кричит в трубку: «Никуда не уезжай!» Оказывается, он уже сел в поезд, идущий в Брюссель.

Беру такси до гостиницы, уютной и теплой, с большой елкой, наряженной к Рождеству. Мне бы благодарить Бога за то, что я вообще добралась сюда, однако номер, в который меня привел портье, не отвечает моим представлениям о романтической атмосфере. Он показывает другой, на последнем этаже, с мансардным потолком. Этот больше похож на место, где я хотела бы зачать ребенка.

Поджидая Саймона, принимаю ванну, надеваю халат и спокойно делаю себе укол. Понимаю, что из меня вышла бы

неплохая героинщица. Однако надеюсь, что этого не произойдет. Лучше уж я стану неплохой мамой двоих детей.

Через несколько недель еду в Лондон по работе. В аптеке покупаю тест на беременность. Потом иду в кулинарию и покупаю сэндвич — с единственной целью: сделать тест в тускло освещенном подвальном туалете. (Ну ладно, допустим, сэндвич я тоже умяла с удовольствием.) К моему изумлению, тест показывает две полоски. Звоню Саймону, пока тащусь с чемоданом на встречу. Он тут же придумывает всякие прозвища нашему будущему младенцу. Поскольку бэби зачат в Брюсселе, не назвать ли нам его «брюссельской капусткой»?

Через пару недель Саймон идет со мной на УЗИ. Лежу на кушетке и смотрю на экран. Детка выглядит прекрасно: есть сердцебиение, головка, ножки. Потом замечаю сбоку какое-то темное пятно.

— А это что? — спрашиваю врача.

Та чуть смещает датчик. И вдруг на экране появляется еще одно маленькое тельце: с сердцебиением, ручками и ножками!

— Близнецы, — говорит врач.

Это один из самых прекрасных моментов в моей жизни. Мне словно вручили подарок: две пиццы! А какой эффективный способ размножения для женщины, которой уже за тридцать пять!

Но когда я поворачиваюсь к Саймону, то понимаю, что лучший момент моей жизни для него, возможно, худший. Кажется, он в шоке. Сначала мне даже не хочется знать, о чем он думает. У меня самой голова идет кругом. Но он, кажется, совершенно сражен важностью этого известия.

— Кончились те деньки, когда я мог спокойно посидеть в кафе, — бормочет он. Понятно, уже предвидит конец свободной жизни.

— Купите кофемашину, — советует узистка.

Мои друзья и соседи-французы поздравляют нас. Как нам удалось зачать близнецов, никто не спрашивает. Зато мои друзья-американцы не отличаются тактом.

— А вы не ожидали? — спрашивает одна мама из группы Бин, стоит мне поделиться новостью. Мое нейтральное «нет» вызывает новые вопросы: — А твой врач удивился?

Я слишком занята, чтобы обижаться. Мы с Саймоном решили, что нам нужна не кофемашина, а квартира побольше. (В той, где мы живем, всего две маленькие комнаты.) Вопрос становится еще актуальнее, когда мы узнаем, что наши близнецы — мальчики.

Осматриваю несколько квартир, но все они или слишком

темные, или слишком дорогие, или с длинными страшными коридорами, ведущими в крошечную кухню (видимо, в XIX веке считалось не комильфо, если запахи еды, приготовленной слугами, достигали гостиной). Агенты по недвижимости расхваливают эти квартиры как «очень спокойные». Видимо, во Франции считается, что это главное качество как для жилья, так и для детей.

Я так сосредоточена на поисках квартиры, что почти не нервничаю из-за беременности. Кажется, следуя примеру француженок, я наконец поняла, что нет никакой необходимости отслеживать, правильно ли формируются брови у зародыша. (Хотя у моих зародышей их целых четыре — есть из-за чего волноваться.) Да, некоторые проблемы касательно рождения близнецов меня беспокоят — например, преждевременные роды. Однако большинство волнений снимают регулярные визиты к врачу. Поскольку у меня близнецы, я хожу в клинику чаще и чаще делаю УЗИ. И каждый раз красавец-узист показывает мне на экранчике «младенца А» и «младенца Б», а потом шутит, всегда одинаково: мол, можете потом выбрать им и другие имена. И я каждый раз улыбаюсь.

На этот раз больше волнуется Саймон — только переживает он за себя, а не за детей. Он даже дорогой французский сыр теперь ест с таким видом, будто это в последний раз в жизни. А мне очень нравится внимание к моей персоне. Несмотря на бесплатное ЭКО, близнецы в Париже воспринимаются как нечто необычное. (Я слышала, что и при ЭКО врачи часто подсаживают только один эмбрион.)

Проходит несколько недель, и живот становится заметен. На шестом месяце я уже выгляжу так, будто вот-вот рожу. Даже одежда для беременных мне маловата. Вскоре не только взрослые, но и маленькие дети начинают понимать, что ребенок в животе не один.

Изучаю спецжаргон: оказывается, на французском близнецов называют не «однояйцевые» и «разнояйцевые», а «истинные» и «ложные» — *vrais* или *faux*. Теперь говорю всем, что у меня «два ложных мальчика-близнеца».

Зря я волновалась, что мои близняшки появятся на свет раньше срока. На девятом месяце внутри меня сидят два доношенных младенца, и каждый весит примерно столько, сколько в свое время Бин. Люди за столиками в кафе показывают на меня пальцем. Подъем по лестнице становится подвигом.

— Если тебе нужна квартира, иди и ищи ее сам, — наконец говорю мужу. И меньше чем через неделю он ее находит — это первая и последняя квартира, которую ему показали. Она в

старом доме — старом даже по парижским меркам. В ней нет коридоров, у подъезда тротуар втрое шире обычного. Но нужен серьезный ремонт. В итоге мы ее покупаем. За день до родов встречаюсь с прорабом и составляю план ремонтных работ.

Частная клиника, где я рожала Бин, была маленькой, стерильной, с круглосуточным детским отделением, нескончаемым запасом свежих полотенец и обедами в палату по меню, включавшему стейки и фуа-гра. Мне даже подгузники менять не приходилось.

Меня предупреждали, что государственный роддом, где я планирую рожать близняшек, далеко не так роскошен. В государственных клиниках во Франции уровень медицины превосходен, но условия спартанские. Роженицам выдают список вещей, которые нужно взять с собой, в том числе свои подгузники. Тут нет никаких индивидуальных родовых планов, джакузи и эпидуральной анестезии с возможностью ходить. А малышам не дарят шикарные маленькие шапочки. Характеризуя эту эффективную, но безличную систему, французы часто используют слово «конвейер».

Я собираюсь рожать в клинике Арман-Труссо — она в десяти минутах на машине от нашего дома, и в ней имеется все необходимое оборудование на случай осложнений в родах близнецами. (Позже узнаю, что при клинике есть детская больница, та самая, куда еженедельно наведывалась Франсуаза Дольто.) Мне не нужны роды в джакузи. Когда придет час, я уж найду способ устроить себе неповторимые роды: нью-йоркская изобретательность поможет. Говорю Саймону, что мы и так уже сэкономили по полной, ведь я рожаю двоих детей по цене одного.

У меня начинаются схватки, мне делают анестезию, даже не спрашивая. Врач везет меня в стерильную операционную, чтобы можно было сразу сделать кесарево в случае необходимости. Я лежу на спине, ноги вдеты в стремена образца 1950-х, вокруг снуют незнакомые люди в хирургических шапочках и масках. Несколько раз прошу, чтобы кто-нибудь подложил мне подушки под спину, — хочу видеть, что происходит. Но никто даже не реагирует. Наконец — в качестве уступки — под меня подкладывают сложенную простыню, отчего становится совсем уж неудобно.

Как только начинаются роды, мой французский куда-то испаряется. Не понимаю ни слова из того, что говорит врач, и могу отвечать только на английском. Видимо, такое бывало раньше, потому что акушерка с ходу начинает переводить. Может, она упрощает слова врача или просто не очень хорошо знает язык

— в основном слышу от нее только «тужьтесь» и «не тужьтесь».

Когда появляется первый малыш, акушерка протягивает его мне. У меня перехватывает дыхание. Вот он, «младенец А»! Только мы с ним начинаем знакомиться, как акушерка похлопывает меня по плечу.

— Простите… вам еще одного надо родить, — говорит она и уносит «младенца А» в неизвестном направлении. Тут я понимаю, что с близнецами придется нелегко.

Через девять минут на свет появляется «младенец Б». Только я успеваю поздороваться с ним, как его тоже уносят. Вскоре вообще все куда-то пропадают: Саймон, малыши и большинство персонала, принимавшего роды. Я по-прежнему лежу на спине и не чувствую ничего ниже пояса. На металлическом столе рядом лежат две красные плаценты — каждая размером с человеческую голову. Кто-то решил открыть раздвижные шторки, игравшие роль стен в моем родблоке, и теперь любой, кто проходит мимо, может во всех подробностях насладиться видом того места, откуда пять минут назад появились близняшки.

Не ушла лишь медсестра-анестезиолог, и, кажется, ее это совсем не радует. Она решает замаскировать свое раздражение, пытаясь завести со мной светскую беседу: откуда я родом? Нравится ли мне в Париже?

— Где мои дети? Когда я смогу их увидеть? — спрашиваю я. (Ко мне вернулась способность говорить по-французски.)

Медсестра не знает. И ей нельзя уходить из родблока, поэтому она ничем не может мне помочь.

Проходит двадцать минут. Никто за нами не приходит. Не знаю почему, но меня это не очень волнует. Правда, я довольна тем, что медсестра наконец завешивает мне колени простынкой. Потом она, видимо, решает, что светской болтовни довольно.

— Ненавижу свою работу, — прямо сообщает она мне.

И вот меня везут в послеродовую, я воссоединяюсь с Саймоном и малышами. Мы фотографируемся, в первый и последний раз я пытаюсь кормить обоих мальчиков сразу.

Санитар отвозит нас в палату, где нам предстоит пробыть несколько дней. Это однозначно не бутик-отель, скорее, похоже на дешевую ночлежку. Несколько человек персонала в детском отделении, работающем с часа ночи до четырех утра. Поскольку у меня уже есть ребенок и, соответственно, опыт, никто за мной особо не присматривает. Когда приходит время обеда или ужина, на пластиковых подносах приносят классическую больничную еду: квелую картошку фри, куриные биточки и шоколадное молоко. Позже понимаю, что другие мамы не едят эту гадость, а хранят собственные продукты в общем холодильнике в коридоре.

Саймон дома с Бин, поэтому я почти все время одна с близнецами, которые орут часами напролет. Обычно я пристраиваю одного на колени, слегка приобняв, а другого в это время пытаюсь кормить. У меня голова идет кругом от постоянного воя и мельтешащих ручек и ножек — мне уже начинает казаться, что их больше, чем двое. Когда наконец удается уложить их спать — после нескольких часов крика и беспрерывного прикладывания к груди — приходит Саймон.

— Как у вас тут тихо, — радуется он.

Пытаюсь не думать о том, что мое пузо похоже на гигантскую порцию бежевого желе.

Суматоха суматохой, но мальчикам нужно дать имена (в Париже на это отведено три дня, но уже на второй день в палату врывается сердитый бюрократ с папочкой в руках). Саймон просит, чтобы одного из близнецов назвали Нельсоном — в честь его кумира Нельсона Манделы. Его больше волнует, как мы будем называть мальчишек дома: одного он хочет звать Гонзо, второго — Боссом. Мне нравятся имена, в которых гласные буквы идут подряд, поэтому предлагаю обоих назвать Раулями.

Наконец называем одного Джоэлом, но в итоге начинаем звать его Джоуи, а другого Лео, и к этому ни одно прозвище не липнет. Мои близнецы — самые непохожие в мире. Джоуи — одно лицо со мной, только платиновый блондин. Лео — смуглый средиземноморский парнишка. Не будь они одного росточка и все время вместе, никто бы и не догадался, что это братья. Зато теперь я сразу понимаю, кого из моих знакомых младенцы не интересуют: тех, кто, едва взглянув на малышей, спрашивает, не однояйцевые ли они близнецы.

Проходит четыре долгих дня, и нас наконец выписывают. Дома с малышами мне легче не становится. Вечерами они орут не переставая, и оба вообще не спят ночью. Перед сном мы с Саймоном берем себе по ребенку, и всю ночь каждый отвечаем за своего. При этом стараемся выбрать себе малыша «получше», однако, кто из них будет вести себя лучше, — загадка. Но это и неважно: ведь мы еще не переехали в большую квартиру, поэтому все спим в одной комнате. Просыпается один — просыпаются все.

Мне по-прежнему кажется, что их больше, чем двое. Никогда не думала, что буду одевать близнецов одинаково, но внезапно мне хочется этого, чтобы создать хоть видимость порядка: для меня это как школьная форма, которую носить обязательно, потому что существуют строгие правила.

Удивительно, но у меня остается время на психозы. К примеру, я все время переживаю, что не так назвала малышей,

что нужно бежать в городской совет и менять им имена. В редкие минуты отдыха терзаюсь мыслями по этому поводу.

К счастью, из Майами приезжает моя мама. Мы с ней и с Саймоном почти целый день проводим в гостиной и нянчим малышей. Однажды в дверь позвонила какая-то женщина, представилась психологом из ближайшего отделения Службы защиты матери и ребенка. Мол, у них принято наносить визит всем мамам близнецов. Видимо, таким образом она тактично намекает, что хочет удостовериться, не сошла ли я с ума. Через пару дней приходит акушерка, тоже из Службы защиты, и смотрит, как я меняю Джоуи подгузник. Его какашки, — объявляет она, — «просто превосходны». Таково официальное мнение французского государства!

Кое-что из того, что мы успели узнать о французском стиле воспитания, пробуем применить к малышам. Например, постепенно приучаем их к принятому во Франции режиму питания: четыре раза в день. С самого раннего возраста они не перехватывают куски — за исключением полдника, *goûter*.

К сожалению, у нас не получается опробовать «метод паузы». Когда у тебя новорожденные близнецы и есть ребенок чуть старше, спящий в двух шагах, очень сложно пробовать экспериментальные методы воспитания!

Поэтому мы снова страдаем. Почти месяц без сна, и мы с Саймоном превращаемся в зомби. Единственная надежда — наша няня-филиппинка и ее многочисленные сестры и подруги. В конце концов у нас начинают работать четыре няни — посменно и практически двадцать четыре часа в сутки. Деньги утекают сквозь пальцы, но хоть поспать чуть-чуть удается. Теперь многодетные мамы кажутся мне чем-то вроде преследуемого меньшинства — как тибетцы, например.

Оба мальчика плохо берут грудь, поэтому я провожу очень много времени наедине с электрическим молокоотсосом. Бин вскоре понимает, что может заполучить меня полностью в свое распоряжение, если будет сидеть со мной рядом, пока я сцеживаюсь. Она учится готовить бутылочки и разливать молоко по пакетам, а молокоотсос собирает и разбирает, как солдат винтовку. А еще очень похоже имитирует жужжание, которое он издает.

В доме столько нянь, что я чувствую себя актрисой второго плана. Поймут ли мои близнецы, кто их мама?

Тем временем ремонт в новой квартире идет полным ходом. В перерывах между сцеживаниями бегаю проверять, что там и как.

Встречаюсь с председателем правления нашего дома, 60-летним экономистом, и спрашиваю, можно ли будет оставлять коляску-тандем в вестибюле внизу. Понимаю, что он не хочет нести ответственность.

— Предыдущие владельцы были очень хорошими соседями, — слышу вдруг от него.

— В каком смысле?

— Очень тихими…

В самой квартире черт ногу сломит. Я подписала план ремонта тем вечером, когда у малышей был жуткий приступ колик. Теперь вдруг понимаю, что подписала, не глядя. Рабочие снесли двери и стены, которым было по двести лет и которые я сносить не собиралась. Вместо них установили новые, чуть ли не бумажные. Лишь когда ремонт закончен и мы переезжаем, до меня доходит, что я превратила добротную парижскую квартиру XIX века в майамский кондоминиум, но с мышами. Тяжелые двери, изящная лепнина — где это все? Я уничтожила часть старого Парижа, причем заплатив за это кругленькую сумму!

Начинаю грызть себя по этому поводу.

— Помнишь слова Эдит Пиаф: *je ne regrette rien* (я ни о чем не жалею)? — спрашиваю я Саймона. — Так вот, *je regrette tout* (я жалею обо всем).

Наша новая жизнь полна противоречивых эмоций. Саймон погряз в отчаянии и вымещает свое недовольство на мне:

— Может, лет через восемнадцать мне и удастся выпить чашечку кофе.

Он признается, что испытывает ужас, когда приближается к двери нашей квартиры и слышит вой изнутри. Трое детей в несознательном возрасте — это слишком, даже с учетом бебибума во Франции.

Но бывают и положительные моменты. Однажды чувствую себя на седьмом небе: Лео в благодушном настроении и не орет целых пять минут! А после ночи, когда мальчики впервые проспали семь часов без перерыва, Саймон скачет по квартире и поет песню Фрэнка Заппы «Сиськи и пиво».

Но я все еще чувствую себя, как в момент рождения близнецов: боюсь, что моего внимания катастрофически не хватает на всех. Спрашиваю свою подругу Элен, у нее тоже трое детей и тоже близнецы, не хочет ли она завести еще.

— Не думаю, я и так на пределе, — отвечает она, и я ее понимаю.

Даже моя мама, когда-то умолявшая нас с Саймоном родить ей наконец внуков, теперь умоляет меня не заводить больше детей!

Словно в подтверждение моего статуса Бин как-то приходит из детского сада, заявляет, что я — *maman crotte de nez*. Забиваю эту фразу в гугл-переводчик и получаю — «мама-козявка». С учетом обстоятельств весьма точная характеристика.

ГЛАВА 11
Мой любимый багет

Друзья говорят, что родители близнецов чаще разводятся. Не уверена, что это действительно так, однако прекрасно понимаю, откуда возникло такое мнение.

В течение нескольких месяцев после рождения малышей мы с Саймоном постоянно ругаемся. Во время одной из ссор он называет меня образиной. Мне и это слово приходится смотреть в словаре. «Уродливое существо, вызывающее отторжение», — читаю я. В гневе иду к Саймону.

— Значит, я уродливая? — спрашиваю с порога.

— Ну ладно. Не уродливая, просто вызываешь отторжение, — отвечает он.

Чтобы не забыть о том, что нужно вести себя цивилизованно, расклеиваю по квартире таблички с надписью «Не орать на Саймона». Одна висит на зеркале в ванной, и ее видят наши многочисленные няни. Мы с Саймоном слишком устали, настолько, что не отдаем себе отчета: все наши ссоры как раз оттого, что пашем безостановочно. Мне уже все равно, о чем он думает, хотя уверена, это по-прежнему голландский футбол.

В редкие минуты отдыха Саймон предпочитает завалиться на диван с журналом. Если я осмеливаюсь ему помешать, предупреждает:

— Что бы ты ни хотела сказать, это точно не интереснее статьи из журнала «Нью-Йоркер», которую я читаю.

Однажды на меня снисходит озарение.

— У нас с тобой идеальная совместимость, — говорю я. — Тебя все раздражает. А я раздражаю всех.

Видимо, мы распространяем вокруг себя отпугивающие флюиды. К нам в гости приезжают друзья, бездетная пара из Чикаго, и через четыре дня делают вывод: детей они точно не хотят. А как-то раз после выходных, проведенных дома, Бин решает, что и она не хочет.

— Дети — это слишком сложно, — заявляет наша дочь.

Есть, однако, и позитивные моменты: мы получаем место в яслях для обоих мальчиков (на этот раз даже моя мама этому рада). Близняшки — по-прежнему редкое явление, поэтому наше заявление рассматривают в числе первых. Комитет, распределяющий места, определил малышей в ясли, до которых всего два квартала от нашего нового дома, хотя раньше мне говорили, что свободных мест там нет и не предвидится.

У нас появляется хоть какая-то надежда на будущее (мы решили немного повременить и отдать малышей в ясли после года). Но вопрос о том, выдержит ли наша семья выпавшие на ее долю испытания, по-прежнему стоит остро.

Теперь мне не кажется совпадением, что в семьях американцев среднего класса, практикующих метод «раннего развития», степень удовлетворенности супружескими отношениями снижается, а матери, согласно исследованиям, находят домашние дела гораздо более приятным занятием, чем уход за детьми. Американские социологи уже не сомневаются в том, что современные родители чувствуют себя гораздо менее счастливыми, чем бездетные пары. У них чаще бывают депрессии, а степень уныния повышается с появлением новых детей (Саймону было достаточно просто увидеть этих «новых детей» на УЗИ).

Может быть, нам просто выбраться куда-нибудь вдвоем? Пока мы жили во Франции, в США вошли в моду «свидания» для супругов, испытывающих проблемы во взаимоотношениях. Кое-кто сравнивает это с изобретением пенициллина. Ненавидите мужа/жену? Сходите на свидание! Подумываете, не удушить ли детей? Поужинайте в ресторане! Даже супруги Обама так делают.

Как показало исследование, если муж и жена совместно проводят досуг, это «способствует улучшению отношений, помогает вновь почувствовать себя молодыми и дает возможность по-новому взглянуть на воспитание детей». Однако парам, участвовавшим в исследовании, не так легко было найти время для совместного времяпрепровождения. «Многие участники признались, что не могут позволить себе ничего личного, потому что испытывают давление со стороны общества, которое считает, что интересы детей важнее интересов пары», — сделали заключение социологи.

Ускорить развитие ребенка — вот что становится задачей номер один в семье. Я вижу примеры этого на каждом шагу, когда выезжаю из Франции. Моя двоюродная сестра в Америке — медсестра, у которой четверо детей, — живет совсем рядом со своими родственниками, и те не прочь посидеть с малышами. Несмотря на то что она всю неделю возит детей в школу, на гимнастику, на тренировки по легкой атлетике и в церковь, они с мужем (он работает полицейским в ночную смену) даже помыслить не могут о том, чтобы пойти куда-то вдвоем. Они слишком устают. А моя подруга, учительница из Манчестера, говорит, что взяла с собой маленького ребенка в медовый месяц, хотя ее мать и предложила с ним остаться.

— Я просто не могу его оставить, меня совесть замучает, —

объяснила она.

То, что многие родители отказываются оставлять своего ребенка с кем бы то ни было, несмотря на усталость и прочие факторы, вовсе не городская легенда, мне самой приходилось сталкиваться с этим. Например, однажды на свадьбе я сидела рядом с мамой-домохозяйкой из Колорадо: у нее няня на полный рабочий день, при этом ее (няню) никогда не оставляют наедине с тремя детьми! (Муж моей соседки не пошел на свадьбу — сидел дома с карапузами.)

Моя знакомая художница из Мичигана призналась, что не могла заставить себя нанять няню в течение всего первого года жизни ребенка.

— Он был такой маленький, и это мой первенец… Я на самом деле очень нервная. При одной мысли, что придется отдать его кому-то, страшно становилось…

Некоторые родители сажают детей на такие специфические диеты и используют такие странные методы воспитания, что кому-то другому, даже бабушкам и дедушкам, очень сложно перенять вахту, соблюдая все правила до единого. Один дедушка вспоминает, как его дочь чуть с ума не сошла, когда он «не так» перевез коляску через кочку. Мать ребенка где-то прочла, что, если детей перекатить через кочку задом наперед, есть шанс повреждения мозга — хоть и ничтожный.

Мы с Саймоном ничего не имели против того, чтобы оставлять наших детей с другими людьми. С самых первых месяцев на нас работало пол-Филиппин. Но при этом я по большей части поступала так же, как та мама из Колорадо, — использовала нянь как помощниц: они меняют подгузники и стирают белье, а я нахожусь рядом.

Подобная система одновременно истощала наши накопления и уничтожала отношения. Что мне недалеко до психушки, я поняла, когда за пятнадцать минут до предполагаемого прихода одной из нянь получила SMS-сообщение. Меня охватила паника: неужели няня опаздывает? Но оказывается, это было сообщение от службы новостей, на которую я недавно подписалась: в Южной Америке произошло страшное землетрясение, есть жертвы. *Я вздохнула с облегчением.*

Не ругаться с мужем легко тем, чьи младенцы в три месяца спят по ночам, умеют играть самостоятельно и не нуждаются в том, чтобы их постоянно возили с одной «развивалки» на другую. Помогает и то, что во Франции супружеским парам не приходится нести огромные финансовые расходы по уходу за детьми, на здравоохранение, а также откладывать на колледж.

Но главное отличие состоит в том, что французские пары совершенно иначе воспринимают романтические отношения, даже если у них маленькие дети. Впервые такое подозрение возникло у меня, когда гинеколог прописала мне десять сеансов *rééducation périnéale* (тренировки интимных мышц). Она уже прописывала мне эти сеансы после рождения Бин, и вот опять.

До того как прийти на первый сеанс, я лишь смутно осознавала, что у меня есть интимные мышцы, а уж где они находятся, и представить не могла. Оказалось, речь идет о тазовом дне — пучке мышц в виде гамака, который часто растягивается во время беременности и родов. Это облегчает прохождение малыша через родовые пути, но из-за ослабления этих мышц молодые мамы могут не удерживать мочу, когда кашляют или чихают.

В США врачи иногда рекомендуют тренировать интимные мышцы при помощи упражнений Кегеля. Но чаще не рекомендуют ничего. Слабое тазовое дно и «подтекания» — это часть жизни американской мамы, о которой редко говорят вслух.

Во Франции подобное считается недопустимым. Подруги рассказывают, что их гинекологи выпытывают, требуются ли женщине занятия по тренировке интимных мышц, спрашивая их после родов: «Доволен ли ваш муж?»

Мой муж был бы доволен, будь у него доступ к телу. В течение примерно года после рождения мальчиков мои интимные мышцы, конечно, не простаивали без дела, но… перенапряжение им явно не грозило. К тому же поначалу, стоило Саймону приблизиться к моей груди, как из нее начинали бить фонтаны молока. Да и сон для нас был важнее. Хотя все трое наших чад в конце концов научились спать по ночам, мне почему-то так и не удавалось поспать больше шести-семи часов подряд.

Мой первый инструктор — стройная испанка Моника: ее кабинет расположен в парижском квартале Маре. Первое занятие начинается с 45-минутного собеседования, в ходе которого она задает много вопросов о том, как я хожу в туалет, и о моей сексуальной жизни.

Затем я раздеваюсь ниже пояса и ложусь на мягкий массажный стол, выстланный шуршащей бумагой. Моника надевает хирургические перчатки, и начинается то, что можно описать как «силовые упражнения для промежности с ассистентом». Каждое — по пятнадцать повторов: «И-и-и… раз! И-и-и… два! Расслабили!» Похоже на пилатес.

Затем Моника демонстрирует что-то вроде волшебной палочки, тонкой и белой: переходим к следующей фазе

тренировок. Палочка похожа на те приборчики, что продаются в магазинах «только для взрослых». Теперь к моим собственным мышечным усилиям добавляется электростимуляция. К десятому сеансу нас ждет что-то вроде видеоигры: датчики на моей промежности будут фиксировать, достаточно ли сильно я сокращаю мышцы (бегунок на компьютерном экране при этом не должен опуститься ниже оранжевой линии).

Тренировка мышц тазового дна — это очень интимный процесс, который, как ни странно, похож на обычную медицинскую процедуру. Во время упражнений мы с Моникой обращаемся друг к другу на «вы». Она просит меня закрыть глаза, чтобы я лучше почувствовала мышцы, о которых идет речь.

Врач направляет меня на занятия для мышц пресса. После рождения близнецов прошло больше года, а вокруг моей талии до сих пор подушка из жира, растянутой кожи и еще неизвестно чего. Если честно, я даже не знаю, откуда все это. Но решаю, что пора принимать меры, когда в парижском метро дряхлая старушка уступает мне место: она думает, что я беременна.

На занятия после родов отправляются не все француженки, но многие. А почему бы и нет? Их стоимость почти полностью покрывает государственное страхование (включая цену белой волшебной палочки). Государство оплачивает даже пластические операции по подтяжке живота — но только в том случае, если живот уже навис над бедрами или выглядит так неприглядно, что мешает нормальной сексуальной жизни.

Разумеется, все эти тренировки — лишь полдела. Как же поступают француженки, когда их животы и мышцы тазового дна снова готовы к бою?

Некоторые, как и американки, зацикливаются на детях. Но во Франции общество это не одобряет. Жертвовать своей интимной жизнью ради детей? Это считается абсолютно нездоровым и свидетельствует о том, что в семье нарушено равновесие. Французы понимают, что с рождением ребенка все меняется, особенно поначалу, когда все внимание приковано к малышу. Но чуть позже мать и отец постепенно восстанавливают баланс в отношениях.

«У французов существует непоколебимая вера в то, что внутри каждого из нас теплится страсть. Она никогда не исчезает надолго. А если это происходит, значит, человек в депрессии, и ему необходимо лечение», — объясняет социолог Мари-Анн Суиззо.

Мои знакомые французские мамы говорят о супружеских отношениях совсем в ином ключе, чем американки.

— Для меня интересы супружества важнее интересов

детей, — отмечает Вирджини, мама-домохозяйка, научившая меня осознанно питаться.

Вирджини — строгая, умная, заботливая мама, единственная из моих знакомых парижанок, кто исправно посещает католическую церковь. Но и она не намерена распрощаться с романтическими отношениями лишь потому, что у нее трое детей.

— Отношения супругов — вот что важнее всего. Это единственное, что ты выбираешь в жизни. Детей не выбираешь. А мужа — да. Супружескую жизнь нужно строить. Жена заинтересована в том, чтобы у них с мужем были хорошие отношения. Ведь когда дети покинут родной дом, нельзя допустить, чтобы отношения не ладились. Для меня это основной приоритет.

Не все родители во Франции согласны с подобной расстановкой приоритетов, но большинство даже не сомневается, возобновятся ли после родов романтические отношения: конечно да, для них это всего лишь вопрос времени. «Никакие правила не могут определить тот момент, когда родители наконец почувствуют готовность снова обрести друг друга, — говорит французский психосоциолог Жан Эпштейн. — Когда оба супруга готовы и если условия способствуют, ребенку отводится та роль, которую он и должен играть, — в рамках этой роли он не вмешивается в супружеские отношения».

Эксперты по воспитанию из США тоже упоминают о том, что у родителей должно быть «время для себя», но лишь вскользь. Например, в книге доктора Спока есть целых два абзаца под заголовком «Ненужное самопожертвование и чрезмерная опека». В частности, там говорится, что современным молодым родителям свойственно «жертвовать свободой и всеми прежними удовольствиями, причем не из практических соображений, а из принципа». Даже когда они время от времени выбираются из дому вдвоем, их «слишком мучает чувство вины, чтобы сполна насладиться отдыхом». Доктор Спок настоятельно рекомендует находить время для того, чтобы полноценно пообщаться друг с другом, по только после того, как детям будет посвящено «достаточно времени и усилий».

Для французских экспертов по воспитанию детей полноценное общение супругов — не случайная тема. О нет, они всячески и недвусмысленно подчеркивают важность этого общения. Возможно, из-за того, что никто не умалчивает о том, как тяжело переносит большинство пар рождение ребенка. «Недаром многие пары расстаются в первые несколько лет или даже месяцев после рождения ребенка. Ведь все в их жизни

переворачивается с ног на голову», — говорится в одной статье.

На некоторых французских сайтах, посвященных материнству, чуть ли не столько же статей о супружеской жизни, сколько о беременности. «Ребенок не должен заменять родителям всю вселенную… для равновесия в семье родителям необходимо личное пространство, — пишет Элен де Леерснайдер. — Ребенок без всякой обиды понимает, причем обычно в самом раннем возрасте, что его родители тоже нуждаются во времени, не занятом работой, домом, хождением по магазинам или детьми.»

Вскоре после рождения ребенка французские родители всерьез воспринимают призыв к возобновлению романтических отношений. У французов есть даже особое время дня, которое так и называется — «взрослое» или «родительское» время. Оно наступает, когда засыпают дети. Предвкушение «взрослого времени» объясняет, почему родители во Франции так строго следят за тем, чтобы их малыши ложились спать в одно и то же время, после того, как сказки прочитаны и колыбельные спеты. «Взрослое время» — не с трудом отвоеванная, редкая привилегия, а базовая человеческая потребность. Джудит, эксперт по истории искусств и мать троих детей, рассказывает, что все ее дети ложатся спать в восемь или восемь тридцать.

— Я хочу, чтобы иногда мир принадлежал только мне, — объясняет она.

Французы не просто считают, что подобное разделение идет на пользу родителям. Они искренне верят, что оно важно и для детей, — те должны понять, что у родителей есть свой мир. «Таким образом ребенок понимает, что не является центром вселенной, а это необходимое условие для его развития», — говорится в энциклопедии «Ваш ребенок».

Родители во Франции остаются наедине не только по ночам. Когда Бин идет в школу, мы сталкиваемся с какой-то бесконечной чередой двухнедельных каникул посреди четверти. Во время каникул нашей дочери не с кем даже поиграть — большинство ее друзей отправляют к бабушкам в деревню или в пригород. А родители используют это время, чтобы спокойно поработать, отправиться в путешествие, заняться сексом или просто побыть в одиночестве.

Вирджини каждый год ездит в отпуск на десять дней — с мужем, но *без детей*. И это не обсуждается. Ее дети, которым от четырех до четырнадцати, все это время проводят у родителей Вирджини, в маленькой деревушке в двух часах езды от Парижа. При этом Вирджини утверждает, что чувство вины ей неведомо.

— За эти десять дней наши с мужем отношения так укрепляются, что это однозначно полезно и детям, — говорит

она. И добавляет, что ребятне иногда тоже нужно отдохнуть от родителей. Зато, когда семья воссоединяется, все очень счастливы.

Мои знакомые французы хватаются за любую возможность выкроить себе «взрослое время». Каролина, работающая мама трехлетнего сына, без намека на чувство вины сообщает мне, что в пятницу ребенка из садика забирает ее мать, и оставляет его у себя до воскресенья. А они с мужем позволяют себе отоспаться как следует и сходить в кино.

Некоторые умудряются устроить себе «взрослое время» даже когда дети дома. Флоранс, у которой трое детей: младшему — три, старшему — шесть (а ей самой — сорок два), — признается, что в выходные по утрам «детям запрещено заходить в спальню, пока мы сами не откроем дверь». Как ни удивительно, дети соблюдают это правило и научились играть самостоятельно. (Вдохновленные ее примером, мы с Саймоном пробуем сделать то же самое. К нашему изумлению, метод работает. Почти… — каждые пару недель детям приходится напоминать об этом правиле.)

Когда я пытаюсь изложить концепцию «родители идут на свидание» своим французским коллегам, те меня не понимают. Во-первых, во Франции нет понятия «свидание». Здесь, раз уж начинаешь с кем-то встречаться, это уже полноценный роман. Если пара живет вместе, ничего не меняется. «Особый вечер» для супругов с внезапным переодеванием из треников в каблуки — по мнению французов, это как-то неестественно. И подразумевает, что реальная жизнь несексуальна и утомительна, а романтические моменты нужно планировать, как визит к стоматологу. Французам такой подход не нравится!

Когда во Франции выходит американский фильм «Свидание для предков» *(Date Night),* его переименовывают в «Безумный вечерок». Супружеская пара в этом фильме — типичные американцы из пригорода. Обозреватель *Associated Press* описывает их как «обычных родителей, уставших, но в целом довольных жизнью». Фильм начинается с того, что утром родителей будит запрыгнувший в их кровать ребенок. Французских критиков эта сцена приводит в ужас. Обозреватель из *Le Figaro* называет детей из фильма «невыносимыми».

Хотя француженки не просыпаются от того, что дети прыгают к ним в кровать по утрам, им тоже есть на что жаловаться. Франция отстает от США в вопросах равноправия полов: женщин на руководящих постах крупных корпораций здесь гораздо меньше, чем мужчин. И разница в зарплатах у мужчин и женщин ощутимее, чем в США. (В таблице коэффициентов гендерных

различий, составленной в 2010 году Всемирным экономическим форумом, США заняли 19-е место, а Франция — 46-е.)

В семьях это неравенство особенно заметно. По сравнению с мужчинами на домашние дела и уход за детьми француженки тратят на 89 % больше времени. (В США на 31 % больше — на хозяйство и на 25 % больше — на уход за детьми.) Однако, несмотря на все это, мои семейные подруги из США и Британии гораздо чаще выражают недовольство своими мужьями и бойфрендами, чем знакомые француженки. «Меня бесит, что он даже не пытается сделать хорошо все то, о чем я его прошу, — пишет мне моя подруга Аня, жалуясь на своего мужа. — Из-за него я превратилась в сварливую каргу: стоит завестись, и мне уже не остановиться». Близкие и даже не очень близкие подруги из Штатов регулярно в гостях отводят меня в сторонку и ворчат по поводу очередного «ляпа» своих мужей. Иногда целые обеды посвящены таким жалобам. Американки полагают, что без них в доме никогда бы не было чистых полотенец, живых цветов и парных носков. (Тем не менее в исследовании 2008 года 49 % работающих американских мужчин ответили, что тратят на уход за детьми столько же времени, сколько их супруги, и даже больше. Француженки тратят на домашние дела на 15 % меньше времени, чем американки.)

В том, что касается помощи по дому, Саймон даст фору среднестатистическому мужу. К примеру, однажды в субботу он с готовностью повез Бин через весь город, чтобы сделать фотографию на американский паспорт. Но все-таки, все-таки… На фото Бин похожа на пятилетнюю психопатку, которая с утра не причесывалась.

С тех пор как родились близнецы, его некомпетентность во многих вопросах уже не кажется мне такой милой. Я больше не умиляюсь его необъяснимой способности ломать секундные стрелки наручных часов и не могу смотреть сквозь пальцы на привычку читать дорогие английские журналы в ванне. Иногда по утрам мне кажется, что наш брак вот-вот треснет по швам лишь потому, что он никогда не встряхивает пакет с апельсиновым соком, прежде чем налить его в стакан.

Почему-то в основном мы ссоримся по поводу еды. (Вывешиваю табличку «Не орать на Саймона» и на кухне тоже.) Мой муж оставляет свои любимые сыры незавернутыми в холодильнике, и они моментально заветриваются. Когда мальчики чуть подросли, и Саймон помогает им чистить зубы, звонит телефон. Сменяю его за этим занятием и вижу, что во рту у Лео непрожеванная курага. Предъявляю претензии Саймону, но тот отвечает, что *я достала* его своими бесконечными правилами

и придирками.

Однажды за ужином в Париже трое из шести моих американских подруг признаются, что их мужья надолго удаляются в ванную именно в тот момент, когда приходит время укладывать детей. Их жалобы на жизнь так отчаянны, что я напоминаю себе: передо мной вовсе не женщины на грани развода, у них нормальные, крепкие семьи.

От француженок подобных жалоб не услышишь. Если их расспрашивать, то, да, они скажут, что им иногда приходится напоминать мужьям, чтобы те помогали по дому. Большинство неохотно признается, что бывают минуты отчаяния, когда кажется, будто они весь дом тащат на себе, пока их мужья валяются на диване. Но почему-то во Франции этот дисбаланс не приводит к ситуации, описанной в американской антологии «Стерва в доме» как «ужасающий процесс молчаливого подсчитывания, накапливания и запоминания всех тех случаев, когда он помогал, а когда нет». Безусловно, француженки устают от того, что им приходится одновременно быть мамами, женами, да еще и работать. Но им и в голову не приходит винить во всем своих мужей — или по крайней мере они делают это без злобы. В отличие от американок.

Возможно, француженкам просто не свойственно распространяться о личной жизни. Но даже если речь идет о моих хороших знакомых, непохоже, чтобы они втайне кипели по поводу того, что, дескать, заслуживают лучшей жизни. Сколько бы я ни копала, мне ни разу не удалось заметить у них следов подавленного гнева.

Почему? На мой взгляд, одна из причин — то, что француженки не считают мужчин равными себе. Для них мужчины — отдельный вид, который по природе своей не слишком хорошо разбирается в таких вещах, как выбрать няню, купить скатерть, не забыть записаться к педиатру. «Мне кажется, француженки более терпимы к половым различиям, — замечает Дебра Оливье, автор книги „О чем знают француженки и не знаем мы“. — Вряд ли они ждут, что мужчина сможет выполнить все женские обязанности с должным вниманием и осознанием неотложности дела.»

Когда мои знакомые француженки обсуждают недостатки своих мужей, они делают это скорее для того, чтобы посмеяться над их некомпетентностью.

— Они ну просто ничего не умеют, не то что мы! — шутит Вирджини, и все ее подруги смеются.

Еще одна мама, заливаясь смехом, рассказывает, как ее муж сушит дочери волосы феном, не расчесав их, и малышка идет в

школу, «как обезьяна».

Такое восприятие порождает намного более эффективную схему отношений: француженки не грызут мужей, указывая на их промахи и недостатки, а французы в свою очередь не ощущают себя никчемными. Они намного великодушнее относятся к женам, восхваляя их героические организаторские способности и умение управляться с домашними делами. Во французских семьях нет места напряжению и скрытому недовольству, которое копится и копится. Благодаря этому неравноправие воспринимается легче.

— Мой муж мне так и говорит: я никогда бы не сумел сделать то, что делаешь ты, — гордо сообщает подругам парижанка Камиль.

Конечно, такое поведение совсем не в духе американского феминизма. Но зато в семейных отношениях все куда более гладко.

Увы, о полном равенстве речи нет, и мои знакомые мамочки пытаются найти эффективное соотношение сил. Муж Лоранс, консультанта по менеджменту и мамы троих детей, напряженно работает всю неделю. (Она работает неполный день.) Раньше по выходным супруги ссорились, выясняя, кому заниматься домашними делами. Но в последнее время Лоранс сама предлагает мужу в субботу утром сходить на тренировку по айкидо, потому что тогда он чувствует себя так, как надо. Она готова делать больше, лишь бы ее муж был довольным и отдохнувшим.

Француженки намного легче сбрасывают с себя груз ответственности и опускают планку, если это дает им больше свободного времени и избавляет от нервотрепки. Когда я сообщаю Вирджини, что на неделю уезжаю в Америку и беру Бин с собой, а Саймон остается в Париже с мальчиками, она смеется:

— Подумаешь, только стирки за неделю накопится, и все.

Есть и вполне объективные причины того, что француженки спокойнее американок. Во-первых, им ежегодно положены три недели отпуска. Кроме того, во Франции не так популярны феминистские разглагольствования, зато существует намного больше государственных учреждений, благодаря которым женщины могут выйти на работу. Оплачиваемый государством декретный отпуск (в США его нет), субсидии на ясли и няню, бесплатный детский сад с трех лет и множество налоговых льгот и детских пособий. Все это не обеспечивает равенства между полами, но дает француженкам возможность работать, имея детей. А если отбросить идеалистическое представление о полном равноправии, начинаешь ценить тот факт, что многие французы (мужчины) в больших городах тоже сидят с детьми,

готовят и моют посуду. В ходе проведенного в 2006 году исследования выяснилось, что лишь 15 % отцов несут ответственность за младенцев наравне с мамами и лишь 11 % возлагают на себя основной груз забот. Но при этом 44 % — активно помогают.

Обычное зрелище в парижских парках субботним утром: вызывая умиление своим растрепанным видом, папы катят коляски или тащат сумки, нагруженные продуктами. Часто мужчины из категории «активно помогающих пап» занимаются готовкой и домашним хозяйством. Французские мамочки говорят о том, что у их мужей есть какая-то конкретная обязанность в доме — например, проверять уроки или мыть посуду после ужина. Может быть, секрет семейного благополучия французов в четком распределении обязанностей? Или в том, что в целом они фаталистически относятся к браку?

— Одно из самых прекрасных чувств, которое испытывают супруги, — благодарность за то, что их семья не распалась, — утверждает Лоранс Феррари, ведущая популярной французской вечерней программы новостей. Феррари — красивая блондинка, ей 44 года, она на шестом месяце беременности, ждет ребенка от второго мужа. Она берет интервью у эпатажного французского философа Паскаля Брюкне, известного своими провокациями. Тема программы — «Любовь и брак: совместимы ли они?».

Феррари и Брюкне принадлежат к элите французского общества, избранному кругу политиков, журналистов, академиков и предпринимателей, которые не только общаются друг с другом, но и заключают между собой браки. Их взгляды отражают философию обычных французов, только в преувеличенной, а порой идеализированной форме.

— В наши дни брак уже не считается мещанством. Напротив, для меня, к примеру, это способ бросить вызов обществу, — говорит Феррари.

В ответ Брюкне называет брак «опаснейшим из приключений».

— Любовь — неудержимое чувство. Трагедия в том, что любовь приходит и уходит, а мы не в силах контролировать эти изменения.

Феррари соглашается с ним:

— Не устаю повторять, что брак по любви — огромный риск.

В знак того, как высоко мы продвинулись по социальной лестнице, нас с Саймоном и малышами приглашают погостить в доме моей подруги Элен и ее мужа Уильяма. У них тоже трое детей и тоже есть близнецы. Элен — высокая и стройная, с

неземными голубыми глазами; выросла она в Реймсе, столице региона Шампань. Семейное гнездо, где все проводят отпуск, расположено неподалеку, в Арденнах, почти у границы с Бельгией.

В Арденнах состоялось множество битв времен Первой мировой войны. В течение четырех лет французские и немецкие солдаты копали траншеи по обе стороны «ничьей земли» и поливали друг друга огнем. Противники жили так близко, что знали все о распорядке и привычках друг друга, как давние соседи. А иногда даже общались при помощи написанных от руки табличек.

Кажется, что в маленьком городке, где стоит семейный дом Элен, бомбежки прекратились совсем недавно. Люди здесь не говорят «Первая мировая» — для них это «с четырнадцатого по восемнадцатый год». Многие разрушенные здания до сих пор так и не отстроили, и вокруг все поросло травой.

Днем Элен и Уильям — очень заботливые родители. Но вечером, как только дети уснули, они тут же достают сигареты, вино и включают радио — наступает «взрослое время». Им хочется сполна насладиться остатком дня и прекрасной компанией. (Элен вообще не упускает шанса подарить себе маленькое удовольствие: например, когда мы катаемся на машине с детьми, она останавливается на лугу, достает из багажника плед, пирог и устраивает пикник. Солнце клонится к закату, пейзаж вокруг идиллический, как с открытки, — у меня даже слезы на глаза наворачиваются.)

По выходным Уильям встает рано, вместе с детьми. Однажды утром он решает сбегать за хрустящим багетом и свежими булочками с шоколадом, оставив Саймона с детьми. Элен спускается вниз в пижаме, со спутанными после сна волосами и садится за стол.

— Мой любимый багет! — восклицает она, увидев, что принес Уильям.

Какие простые, честные и приятные слова! А вот я не могу даже представить, что говорю нечто подобное Саймону. Я обычно только упрекаю его за то, что он купил не тот багет или намусорил крошками, а мне теперь убирать. Просыпаясь по утрам, я редко настроена благодушно. При взгляде на мужа не улыбаюсь от счастья — по крайней мере не утром.

Увы, простые, почти детские удовольствия — «Мой любимый багет!» — для нас, наверное, больше не существуют.

Рассказываю Саймону про багет, когда мы едем домой из Арденн, мимо желтых цветущих полей и памятников времен войны.

— Один багет нас не спасет, — замечает он.
Саймон прав — нам нужно что-то более серьезное.

ГЛАВА 12
Дело вкуса

Самый распространенный вопрос, который нам задают про близнецов (не считая вопроса про ЭКО), — чем они отличаются друг от друга. Некоторые мамы близнецов выдают давно заготовленный ответ.

— Одна напористая, другая уступчивая, — сообщает мама двухлеток, с которой я знакомлюсь в парке в Майами. — Идеальный симбиоз.

У Лео и Джоуи все не так шоколадно. Они похожи на старую супружескую пару — неразлучны, но вечно ругаются. (Скорее всего, научились этому у нас с Саймоном.)

Разница между ними становится более очевидна, когда они начинают разговаривать. Лео несколько месяцев произносит лишь отдельные слова. Потом вдруг за ужином поворачивается ко мне и странным монотонным голосом отчеканивает:

— Я ем.

Не удивительно, что он в первую очередь овладел именно настоящим временем. Ведь он живет в настоящем. Постоянно в движении — в стремительном движении, не ходит, а бегает. По звуку шагов я сразу понимаю, кто приближается.

А вот любимая грамматическая форма Джоуи — притяжательные местоимения. *Мой* зайчик, *моя* мама. Шагает он медленно, как старичок, — потому что все время таскает с собой все свои любимые вещи. Они меняются, но их всегда много (был период, когда он спал с маленьким венчиком для взбивания). Наконец он сортирует нужные ему вещи по двум портфелям, которые таскает с собой из комнаты в комнату. Лео нравится выхватывать портфели у него из рук и поскорее бежать наутек. Если бы меня попросили охарактеризовать малышей одним словом, я бы сказала так: один — хулиган, второй — скряга.

Что до Бин, та до сих пор предпочитает командовать. Винить в этом воспитателей детского сада вроде бы не с руки — совершенно очевидно, что командный тон соответствует ее натуре. Она постоянно чего-нибудь требует — как правило, для себя. Саймон прозвал ее «профсоюзным боссом».

— Профсоюзный босс требует спагетти на ужин, — обычно говорит он.

Нам трудно было воспитывать Бин по-французски, когда она была в доме одна. Но теперь, когда детей трое, а нас, родителей, двое, придерживаться строгой системы французского воспитания

еще сложнее. Однако необходимость в этом возросла. Если мы не научимся контролировать малышей, они станут управлять нами.

Хоть в одном у нас не возникает проблем — в том, что касается еды. Французы, разумеется, гордятся своей кухней и очень любят поболтать на эту тему. Мои коллеги за обедом обычно обсуждают то, что ели вчера за ужином. А когда Саймон идет выпить пива со своими приятелями-французами из футбольной команды, те говорят о еде, а не о девушках.

То, насколько «офранцузились» наши дети в еде, становится очевидным, когда мы приезжаем в Америку. Моя мама в радостном предвкушении пытается накормить Бин классическим американским блюдом — полуфабрикатом для микроволновки из макарон с сыром. Съев несколько кусочков, Бин произносит:

— Это не сыр! — и, кажется, впервые в жизни презрительно фыркает.

В Америку мы приехали в отпуск, поэтому часто ходим в рестораны. Плюс американских ресторанов состоит в том, что здесь все намного лучше приспособлено для детей. Есть удобства, о которых во Франции и не слыхивали: высокие стульчики для кормления, цветные карандаши и пеленальные столики в туалете. (В Париже все это тоже встречается, но чтобы одновременно в одном заведении — ни разу не видела.)

Тем не менее я каждый раз с ужасом предвкушаю встречу с пресловутым детским меню. Неважно, куда мы пришли — в ресторан, специализирующийся на морской кухне, итальянской, кубинской, — детское меню в Америке везде почти одно и то же. Гамбургеры, жареные куриные наггетсы (теперь их изобретательно называют «нежными куриными кусочками»), пицца, изредка спагетти. Овощей почти нигде не предлагают, если не считать картошку фри и чипсы. Крайне редко встречаются фрукты. Детей даже не спрашивают, как им прожарить мясо. Вероятно, опасаясь судебных исков в случае отравления, все мясо нещадно доводят до депрессивно-серого цвета.

И не только в ресторанах детей воспринимают так, будто вкусовые рецепторы у них отсутствуют. Однажды во время поездки в США записываю Бин на пару дней в теннисный лагерь, где детей кормят обедом. На обед мы получаем упаковку белого хлеба и две упаковки плавленого сыра в пакетиках. Даже Бин, готовая лопать спагетти и гамбургеры хоть каждый раз, в шоке от такого.

— А завтра будет пицца! — весело объявляет тренер.

Кажется, в Америке преобладает мнение, что дети очень разборчивы в еде и предлагать им что-то, кроме бутербродов с сыром, можно лишь на свой страх и риск. Разумеется, если верить

в эту чушь, так и будет. Многие дети действительно капризны и не едят почти ничего. Нередко они годами сидят на монодиете, если можно так выразиться. К примеру, сын моей подруги из Атланты ест только все белое, например, рис или макароны. Второй сын отказывается есть что-либо, кроме мяса. Маленький племянник моей знакомой из Бостона должен был перейти на твердую пищу уже к Рождеству. Но случилось то, что случилось: он отказался есть что-либо, кроме шоколадных Санта-Клаусов, и родители закупили их оптом, предположив, что после Нового года они исчезнут из продажи.

Обслуживать капризных едоков непросто. Одна моя знакомая мамочка с Лонг-Айленда готовит четыре разных завтрака для каждого из своих четырех детей — и пятый для мужа. Папа-американец, приехавший в Париж с семьей, с благоговением говорит, что его семилетний отпрыск очень придирчив во всем, что касается текстуры пищи. Например, он любит сыр и лепешки по отдельности, но не станет есть их в запеченном виде, потому что лепешки после запекания «слишком хрустят». Последние слова он произносит шепотом, с опаской поглядывая на сына.

Вместо того чтобы бороться с капризами, американские родители капитулируют перед ними. В книге «Чего ждать от вашего карапуза» говорится: «Разрешать маленькому ребенку в течение нескольких месяцев питаться одними хлопьями с молоком, макаронами или бутербродами с сыром (при условии, разумеется, что изредка он все-таки ест фрукты или овощи) — не потакание капризам, а вполне допустимая тактика. Несправедливо настаивать, чтобы дети ели все, что им дают, в то время как у взрослых выбор за столом гораздо больше».

А ведь есть еще и кусочничество. Когда я приезжаю к родителям, маленькие пакетики с чипсами и печенюшки постоянно появляются между завтраком и обедом, обедом и ужином. И так во всех домах, где есть дети. Доминик, живущая в Нью-Йорке француженка, признается, что поначалу была потрясена, узнав, что в детском саду, куда она отдала дочь, детей кормят каждый час. И так целыми днями. Удивило ее и то, что на детских площадках родители регулярно подкармливают своих детей.

— Если малыш начинает капризничать, ему тут же затыкают рот едой. Еда становится выходом из любой ситуации, — замечает Доминик.

Во Франции такого не увидишь. В Париже я покупаю продукты в обычном супермаркете. Но по примеру всех французских семей среднего класса мои дети никогда не пробовали ни приторный кукурузный сироп, ни «долгоиграющий»

хлеб. Они едят не «фруктовые конфеты», а фрукты. И так привыкли к натуральной пище, что вкус полуфабрикатов кажется им странным.

Как я уже говорила, дети во Франции обычно едят три раза в день, в установленное время, плюс полдник. Никогда не видела, чтобы ребенок-француз лопал печенье или что-то подобное в парке в десять утра. Французские рестораны — как правило, бистро или пиццерии — также предлагают детское меню, хотя эти блюда тоже не отнесешь к «высокой кухне». Например, бифштекс с картошкой фри.

— Дома мы никогда не делаем картошку фри: дети знают, что единственный способ полакомиться этим блюдом — пойти в ресторан, — говорит моя подруга Кристина.

Но в большинстве ресторанов подразумевается, что дети заказывают по обычному меню. Однажды в итальянском ресторане прошу приготовить для Бин спагетти с простым томатным соусом, а официантка предлагает попробовать что-нибудь более интересное, например пасту с баклажанами.

Безусловно, «Макдональдсы» и во Франции популярны, и полуфабрикаты можно купить, если хочется.

Но каждый француз в курсе, что нужно съедать минимум «пять фруктов или овощей в день», как рекомендует государственная кампания в поддержку здорового питания. В Париже даже есть известный ресторан, который так и называется: «Пять фруктов и овощей в день».

Да, дети французов тоже иногда едят гамбургеры и картошку фри, но я никогда не встречала карапузов, которые питались бы чем-то одним и отказывались есть все остальное; не встречала и родителей, допускающих такое. И дело не в том, что во Франции дети больше любят овощи. Нет, конечно. Некоторые блюда им нравятся больше других, и во Франции тоже есть капризные трехлетки. Но им никто не разрешает исключать из рациона пищу определенной консистенции, цвета или вкуса лишь потому, что так захотелось. Экстремальные капризы детей французы считают в худшем случае «опасным пищевым расстройством», а в лучшем — отвратительной невоспитанностью.

А теперь о том, как важны последствия этих различий. Во Франции ожирением больны всего 3,1 % пяти- и шестилетних детей. В Америке — 10,4 %. И чем старше ребенок, тем больше эта разница. Даже в богатых американских кварталах я постоянно вижу толстых детей. Но за пять лет на французских детских площадках лишь один раз встретила девочку, которую можно было бы назвать полной (не факт, что она была не американкой).

В том, что касается детского питания, как и других аспектов

воспитания, мне не дает покоя один вопрос: как французам это удается? Как им удается сделать своих детей маленькими гурманами? И почему их дети не толстеют? Положительные результаты я вижу на каждом шагу, но все же — как, как французские карапузы становятся идеальными едоками?

Полагаю, все начинается в младенчестве. Когда Бин исполнилось полгода и я решила начать прикорм твердой пищей, выяснилось, что во французских супермаркетах не продается полужидкая рисовая каша, которую советовали в качестве первого прикорма моя мама и все мои англоязычные подруги. Обегав полгорода, я наконец отыскала очень дорогую кашу немецкого производства — в магазине экотоваров, на полке с памперсами из вторичного сырья.

А потом я узнала, что французы *не* начинают прикорм с безвкусных и бесцветных каш — вместо них они дают детям овощи. Первой взрослой едой французских малышей, как правило, становится пюре из отваренной на пару зеленой фасоли, или шпината, или моркови, или очищенных цуккини и белой части лука-порея.

Разумеется, и в других странах младенцы едят овощи, иногда даже в качестве первого прикорма. Но овощи, хотя и воспринимаются как обязательный источник витаминов, считаются «скучными». Нам очень хочется, чтобы дети ели овощи, но мы как само собой разумеющееся воспринимаем, что любить они их не будут. Кулинарные бестселлеры учат родителей тому, как половчее прятать овощи в мясные фрикадельки, рыбные палочки и макароны с сыром, чтобы дети ничего не заметили. Однажды я своими глазами видела, как мои друзья, подмешав овощи в йогурт, запихивали эту смесь малышу в рот, пока тот сидел перед телевизором и не замечал, что ему подсовывают.

— Не знаю, долго ли мы еще сможем этим заниматься, — шепнула мама.

Французские родители прививают малышам любовь к овощам с совершенно иным посылом и куда большей настойчивостью. Они красочно описывают вкус каждого из овощей и говорят о первом знакомстве с сельдереем как о начале дружбы на всю жизнь.

— Мне хотелось, чтобы дочка почувствовала чистый вкус моркови. А потом — цуккини, — рассказывает Самия, мамочка, показывавшая мне свои фотографии в стиле ню.

Подобно другим французским родителям, Самия рассматривает знакомство с овощами и фруктами как начало кулинарного образования дочери, способ открыть для нее все богатство вкусов.

Авторы некоторых пособий по уходу за младенцами допускают, что любовь к некоторым продуктам развивается не сразу. Если малыш что-то отвергает, необходимо подождать несколько дней, а потом предложить снова. Все мы через это проходили — и я, и мои подруги. Но мы почему-то решили, что, если после нескольких попыток ничего не вышло, значит, наши дети просто не любят авокадо, сладкий картофель или шпинат.

Во Франции этот совет — снова предлагать детям отвергнутую пищу — приобрел масштабы важнейшей родительской миссии. Родители тут считают, что дети, конечно, могут предпочитать определенные продукты, но *все* овощи обладают по-своему богатым и интересным вкусом. Задача родителей — научить ребенка ценить это многообразие вкусов. Французы верят, что должны научить ребенка есть — так же, как учат его спать, ждать и говорить *bonjour*.

При этом никто не предполагает, что знакомство с овощами пройдет без сучка и задоринки. Как говорится в бесплатной брошюрке по детскому питанию, выпущенной при поддержке правительства Франции, «все дети разные»: «Некоторые с удовольствием пробуют новую пищу. Других не так радует этот процесс, поэтому знакомство с разнообразными вкусами занимает чуть больше времени». Авторы брошюрки советуют родителям проявлять настойчивость при вводе новых видов прикорма и не сдаваться, даже если ребенок отверг еду более трех раз.

Французы действуют неторопливо. «Попросите малыша попробовать всего один небольшой кусочек, затем переходите к следующему блюду», — рекомендуют авторы брошюры. И добавляют, что ни в коем случае нельзя предлагать что-то взамен непонравившегося продукта. Если ребенок отказывается есть, реагировать надо нейтрально. «Если не акцентировать внимание на отказе, ребенок вскоре прекратит упрямиться, — обещают авторы. — Не паникуйте. Продолжайте параллельно давать ему молоко или смесь, если боитесь, что он не наедается.»

Подход к постепенному формированию у детей гастрономических предпочтений нашел отражение в легендарной энциклопедии воспитания Лоранс Перно «Я воспитываю ребенка» (*J'élève mon enfant)*. Глава о введении прикорма называется так: «Как постепенно научить вашего ребенка есть все». «Малыш не хочет есть артишоки? Наберитесь терпения. Через несколько дней попробуйте снова, замешайте несколько кусочков артишока в пюре, например картофельное», — учит Перно.

В брошюрке о прикорме рекомендуется готовить один и тот же продукт разнообразными способами. «Отваривайте на пару, запекайте в пергаменте или на гриле, подавайте продукты

свежими, с соусами и приправами. Так ваш ребенок откроет для себя разные цвета, консистенции и ароматы пищи», — поясняют авторы.

Они также советуют беседовать с ребенком о еде — метод а-ля Дольто. «Очень важно успокоить малыша, поговорить с ним о новом виде пищи», — написано в брошюре. Причем этот разговор не должен ограничиваться одним лишь «нравится» — «не нравится». Например, авторы предлагают показать ребенку тот или иной овощ и спросить: «Как ты думаешь, будет ли он хрустеть, когда откусишь кусочек? На что похож этот аромат? Что ты чувствуешь на языке?» Рекомендуется проводить «вкусовые игры». Например, давать малышам кусочки яблок разных сортов, чтобы они определили, какие самые сладкие, а какие — кислые. Или завязать ребенку глаза и попросить его назвать уже знакомые продукты.

Все французские пособия по воспитанию детей призывают родителей не терять самообладания и веселого расположения духа во время еды, а главное — придерживаться плана, даже если ребенок не проглотил ни кусочка. «Не заставляйте его есть, но и не сдавайтесь, продолжайте предлагать пищу снова и снова. Постепенно продукты станут знакомыми, он попробует все… и, несомненно, полюбит.»

Чтобы лучше понять, откуда у французских детей такой хороший аппетит, посещаю парижскую *Commission Menus* (комиссию по составлению меню). Именно здесь получают одобрение изысканные варианты блюд, которые каждый понедельник вывешивали у входа в ясли Бин. Задача комиссии — составить меню парижских яслей на два месяца вперед.

Я, наверное, единственная иностранка, побывавшая на заседании этой комиссии. Оно проходит в комнате без окон в правительственном здании на берегу Сены. Председательствует Сандра Мерле, главный диетолог парижских яслей. Здесь же присутствуют ее ассистенты и несколько шеф-поваров, работающих в яслях. Эта комиссия — воплощение идей французов о том, как должны питаться дети.

Во-первых: нет такого понятия, как «детское питание». Диетолог зачитывает варианты меню: четыре блюда на каждый день. Нигде не встречается картошка фри, куриные наггетсы, пицца и кетчуп. Например, обед в пятницу состоит из салата из красной капусты и свежего мягкого сыра (это закуска); основное блюдо — сайда *(colin)* в укропном соусе с экологически чистым картофелем, который также подадут под соусом *a l'anglaise.* Из сыров в этот день будет *куломье.* — мягкий сыр типа бри. А на

десерт — печеное яблоко (экологически чистый продукт). Все будет порезано или подано в виде пюре, в зависимости от возраста детей.

Во-вторых: важно разнообразие. Суп из лука-порея убирают из меню, стоит одному из членов комиссии вспомнить, что дети уже ели порей на прошлой неделе. Мерле вычеркивает блюдо из помидоров — тоже повтор — и заменяет его салатом из отварной свеклы. Она говорит, что из яслей поступили жалобы — еда «каждый день одного цвета», и предлагает подумать над цветовой гаммой. Поварам напоминают, что, если дети постарше (двух- и трехлетки) едят пюре из овощей (гарнир), на десерт они должны получить целый фрукт, так как «пюрированная» пища для самых маленьких.

Повара хвастаются своими успехами.

— Я приготовил мусс из сардин, добавив немного сливок, — рассказывает повар с курчавыми черными волосами. — Дети были в восторге. Мазали на хлеб.

Все очень хвалят супы.

— Малыши обожают супы, неважно, из овощей или из фасоли, — вступает другой повар.

— А я сделал суп с луком-пореем и кокосовым молоком — им очень понравилось, — добавляет третий.

Потом кто-то вспоминает про *fagots de haricots verts*, и все начинают смеяться. Это традиционное французское блюдо подается на Рождество, и в прошлом году его должны были готовить во всех яслях. Пучки бланшированной зеленой фасоли оборачивают ломтиками копченой свиной грудинки, закрепляют зубочисткой и запекают на гриле. Видимо, ясельным поварам это показалось слишком уж вычурным, хотя они не смущаются, когда их просят вырезать цветочки из киви.

Еще один принцип: если поначалу малышу не понравилось какое-то блюдо, следует предложить его еще раз.

Мерле напоминает поварам, что новые продукты надо вводить постепенно и готовить их разными способами. Например, ягоды сначала предлагать в виде пюре, поскольку детям уже знакома такая консистенция. Потом можно подавать ягоды, нарезанные кусочками.

Один из поваров спрашивает, как поступить с грейпфрутом. Мерле предлагает подать тонкий ломтик фрукта, присыпанный сахаром, а во второй раз — уже без сахара. Такой же метод рекомендуется для шпината.

— Наши дети совсем не едят шпинат. Все приходится выбрасывать, — ворчит один из поваров.

Мерле советует смешивать шпинат с рисом, чтобы он

выглядел более аппетитно. И обещает разослать инструкцию, как это делать.

— В течение года необходимо вводить шпинат несколько раз, и рано или поздно они его полюбят, — уверяет она. И добавляет, что стоит одному из детей начать есть шпинат, как другие последуют его примеру. — Это один из главных принципов пищевого воспитания.

Овощи особо заботят всех присутствующих. Кто-то из поваров говорит, что дети соглашаются есть зеленую фасоль только под соусом из сливок или с соусом бешамель.

— Нужно найти золотую середину: иногда подавать с соусом, иногда без, — советует Мерле.

Затем повара долго обсуждают ревень.

Просидев два часа под флуоресцентной лампой, я подустала. Мне хочется домой, ужинать. Но комиссия еще не добрался до рождественского меню.

— Может, фуа-гра? — предлагает один повар.

Другой рекомендует мусс из утки. Поначалу думаю, что оба шутят, но никто не смеется. Затем комиссия обсуждает, что выбрать на второе — семгу или тунца (сначала предлагали морские гребешки, но Мерле решила, что это слишком дорого).

А какой сыр? Мерле советует козий с травами — в последний раз дети ели козий сыр на пикнике осенью.

Наконец меню утверждают: рыба с муссом из брокколи и двумя видами сыра из коровьего молока, а на десерт — пирог с яблоком и корицей, йогуртово-морковный торт и традиционный рождественский пирог с грушами и шоколадом. («Нельзя отступать от традиций. Родители скажут: где грушевый пирог?») Мусс из шоколада промышленного производства кажется Мерле недостаточно праздничным вариантом для полдника. В итоге выбирают более изысканное блюдо: шоколадное льеже — мусс со взбитыми сливками, который подают в стаканчике.

Никому из присутствующих не кажется, что все эти вкусы чересчур сложны для малышей. И если подумать, они не слишком пикантны — да, блюда готовятся с добавлением трав, но в них нет ни маринадов, ни горчицы, ни оливок. Однако присутствуют грибы и сельдерей, а главное — много овощей. И смысл не в том, что всем детям эти блюда обязательно понравятся: просто у них будет шанс попробовать каждое из них.

Вскоре после заседания комиссии подруга дает мне почитать книгу «Человек, который ел все» американского кулинарного критика Джеффри Стайнгартена. Он пишет, что, став автором кулинарной колонки *Vogue,* понял: его личные предпочтения в еде делают его несправедливо предвзятым. «Я опасался, что мои

обзоры не более объективны, чем критика искусствоведа, который ненавидит желтый цвет», — признается он. Чтобы избавиться от предвзятости, он затеял проект, задача которого — полюбить самые ненавистные блюда. Среди них кимчи (маринованная капуста, национальное корейское блюдо), анчоусы, рыба-меч, ракушки, укроп, свиное сало и десерты из индийских ресторанов (последние, по выражению Стайнгартена, имеют «вкус и консистенцию крема для лица»). В свое время он изучал науку о вкусах и сделал вывод, что то или иное блюдо не нравится лишь потому, что вкус его непривычен. Но если есть эти блюда каждый день, внутреннее сопротивление уйдет.

Стайнгартен решил ежедневно съедать каждое из перечисленных нелюбимых блюд. При этом он старался пробовать их в наилучшем виде: например, крошеные анчоусы в чесночном соусе ел на севере Италии, а капеллини с соусом из ракушек — в ресторане на Лонг-Айленде. Кимчи он пробовал десять раз — в десяти разных корейских забегаловках.

Спустя полгода Стайнгартен понял, что его по-прежнему тошнит от индийских десертов. («Далеко не все индийские сладости по вкусу и консистенции похожи на крем для лица. Некоторые похожи на теннисные мячики»). Но почти все остальные блюда, которые он раньше на дух не переносил, стали его любимыми и даже обожаемыми. После десятой порции кимчи он пришел к выводу, что это «лучшее из маринованных блюд в мире». «Не бывает абсолютно отвратительных запахов или вкусов, а старые привычки забываются», — делает он вывод.

Французы используют точно такой же подход в детском питании: пробовать и пробовать, рано или поздно любое блюдо придется по вкусу. Стайнгартен узнал об этом из научных исследований и проверил на собственном опыте. А французские родители, догадываясь об этом интуитивно, просто следуют этому правилу. Во Франции введение в рацион разнообразных продуктов, включая овощи, — не одно из многих правил детского питания, а основной его принцип. Типичная французская семья среднего класса свято верит: в мире существует богатейшее разнообразие вкусов, и дети должны научиться их ценить.

Это не просто теория, применить которую можно лишь в подконтрольной среде, к примеру в яслях. Этого принципа придерживаются на всех французских кухнях. Убеждаюсь в этом в гостях у Фанни, издателя. Фанни живет в восточном Париже, в квартире с высокими потолками. У нее муж Венсан и двое детей — четырехлетняя Люси и трехмесячный Антуан.

У Фанни симпатичное круглое лицо и задумчивый взгляд. Обычно она приходит с работы около шести и кормит Люси в

половине седьмого. Антуан тем временем пьет из бутылочки. Фанни признается, что редко готовит изысканные блюда вроде тушеного цикория с мангольдом, которые Люси привыкла есть в яслях. Но каждый ужин для нее — очередной этап гастрономического образования дочери. Ее не слишком волнует, сколько съест малышка. Однако она заставляет Люси попробовать хотя бы по кусочку того, что лежит на тарелке.

«Пусть попробует все» — принцип, о котором говорят все французские мамы, стоит мне задать вопрос о детском питании.

В рамках этого принципа все члены французских семей едят на ужин одно и то же. Никаких блюд на выбор нет.

— Я никогда не спрашиваю у Люси, что она будет есть. Просто говорю: «Сегодня на ужин то-то и то-то», — объясняет Фанни. — Если Люси не доест, ничего страшного.

Родителям-нефранцузам такой подход, возможно, покажется тиранией и издевательством над беспомощными детьми. Однако Фанни считает, что позволяет Люси почувствовать себя взрослой.

— Когда все мы едим одно и то же, она чувствует себя большой — пусть даже у нее маленькая порция.

Фанни рассказывает, как удивляются друзья-иностранцы, приходя к ней в дом, и увидев Люси за столом:

— Они спрашивают: «Как такая маленькая девочка может отличить камамбер от грюйера, а грюйер от козьего сыра?»

Фанни также старается внушить дочери мысль о том, что готовить еду — большое удовольствие. По выходным они вместе пекут пироги. Малышка всегда участвует в приготовлении ужина — накрывает на стол или помогает готовить.

— Мы превращаем все в игру и помогаем ей. И так каждый день.

Когда приходит время садиться за стол, Фанни не заставляет дочь пробовать все блюда, сурово грозя пальцем. Нет, сначала они заводят разговор о еде, обсуждают вкус каждого из сортов сыра. А поскольку Люси помогала приготовить ужин, ей самой интересно, вкусно ли получилось. Ведь она участвовала! А если какое-то блюдо не удалось?

— Вместе посмеемся, — шутит Фанни.

Хорошему настроению за столом способствует и то,

что ужин не затягивается до бесконечности. Как только Люси все попробует, ей разрешают выйти из-за стола. Книга «Ваш ребенок» советует: ужин с маленькими детьми не должен длиться более получаса. Подрастая, дети задерживаются за столом подольше. А когда им позволяют позже ложиться спать, то и ужинают они позже, вместе с родителями.

Планирование домашнего меню требует знаний о

сбалансированном питании. Меня поражает то, как французские мамочки — и Фанни в том числе — умудряются держать в голове ежедневную схему питания детей. Помня, что мясные блюда, богатые белком, дети обычно едят в саду на обед, на ужин им дают углеводную пищу — макароны с овощами, например.

Несмотря на то что Фанни бегом бежит с работы домой, ужин она сервирует не спеша и подает одно блюдо за другим, как это делают в детских учреждениях. Люси ест холодную закуску из овощей — к примеру, тертую морковь в соусе винегрет. Затем появляется основное блюдо — как правило, паста или рис с овощами. Иногда Фанни готовит рыбу или мясо, но обычно учитывает, что Люси ела их за обедом.

— Стараюсь вечером рыбу или мясо не готовить, так уж меня воспитали. Одного раза в день достаточно. Лучше приготовлю побольше овощей.

Некоторые родители говорят, что в холодное время года на ужин они часто готовят суп и подают его с кусочком багета. Суп — сытное блюдо, в основном из круп или овощей. Многие родители протирают супы в пюре. Это и есть «зимний» ужин. На завтрак или полдник детям дают соки (не всегда), но в остальное время, за обедом и ужином, они пьют только воду — комнатной температуры или слегка охлажденную.

Почти все мои знакомые французы в субботу или воскресенье устраивают грандиозный семейный обед — *en famille.* При этом дети охотно участвуют в приготовлении еды и сервировке стола.

— По выходным мы печем пироги и готовим что-то еще. У детей есть свои кулинарные книги, свои рецепты, — рассказывает Дениз, эксперт по медицинской этике и мама двоих девочек.

После долгих приготовлений семья садится за стол. Во Франции едят только за столом, желательно в компании других людей. Французские социологи Клод Фишлер и Эстель Массон, авторы книги «Еда» *(Manger),* пишут, что если француз на лету съел пару бутербродов, это за еду не считается. Для французов «поесть» — значит посидеть за столом в компании, поглощая пищу не спеша, не занимаясь при этом другими делами.

На празднике в честь пятилетия Бин объявляю, что настало время есть торт. Дети, до этого занятые шумной игрой, вдруг гуськом проходят в столовую и спокойно усаживаются за стол. Бин сидит во главе стола и раздает тарелки, ложки и салфетки. Мне лишь остается зажечь свечи и внести торт. К пяти годам умение спокойно сидеть и есть за столом отработано у французских детей на уровне рефлекса. Никто даже не думает о том, чтобы есть на диване перед телевизором или за компьютером.

Разумеется, одно из преимуществ строгой системы правил, установленных в семье, состоит в том, что можно разок нарушить правила, не опасаясь, что вся система потерпит крах. Дениз говорит, что раз в неделю разрешает своим дочкам (7 и 9 лет) поужинать перед телевизором. В выходные и в дни школьных каникул французы не так строго соблюдают режим питания и отхода ко сну. Но верят, что система снова начнет работать, когда понадобится.

Во французских журналах часто появляются статьи о том, как вернуть ребенка к прежнему режиму по возвращении из отпуска. Когда мы гостим у Элен и Уильяма, я начинаю немного паниковать — уже полвторого, а Уильям все еще не вернулся домой с продуктами для обеда. Но Элен считает, что дети вполне могут подстроиться и подождать. Ведь они тоже люди в конце концов и способны справиться с недовольством, если что-то откладывается. Она открывает пакет чипсов, дети садятся за кухонный стол и едят их. А потом снова выбегают играть на улицу, пока их не позовут к обеду. И никакой катастрофы не происходит. Чуть позже мы собираемся за столом, который вынесли под дерево, и чудесно едим на свежем воздухе.

Парк-Слоуп в Бруклине вполне мог бы стать штаб-квартирой корпорации «Чрезмерная опека». Здесь зарождаются и находят подкрепление все самые новомодные тенденции в воспитании детей, появляются все новые товары для «думающих родителей». Тут же находится «первый в Нью-Йорке бутик для кормящих и слинго-мам», а также детский сад за 15 тысяч долларов в год, в котором воспитатели «не одобряют игры в супергероев и пресекают их». Если вы живете в Парк-Слоуп, компания «Детские телохранители» сделает вашу квартиру безопасной для малыша «всего за каких-то 600 долларов». Я наслышана о репутации чрезмерно бдительных родителей из этого престижного района, но все равно оказалась не готова к сцене, увиденной на детской площадке солнечным воскресным утром.

Поначалу решаю, что папа с сыном заняты уже знакомой мне «игрой в комментарии», только в какой-то особо активной форме. Мальчику на вид около шести. Отец (на нем дорогие джинсы, на лице — стильная двухдневная щетина) залез аж на самый верх детской лесенки, и сопровождает все действия своего отпрыска непрерывными комментариями не только по-английски, но, кажется, еще и по-немецки, правда с сильным американским акцентом. Комментирование на двух языках — это что-то новенькое!

Мальчик, кажется, уже привык, что папа съезжает с горки

вслед за ним. Они переходят на качели, и все это время папа не прекращает свои двуязычный монолог ни на секунду.

Потом приходит мама. Худая как жердь брюнетка, тоже в дорогущих джинсах, в руках — пакет продуктов с соседнего фермерского рынка.

— А вот и твоя петрушка, малыш! Кто хочет перекусить петрушкой? — сюсюкает она, протягивая мальчику зеленую веточку.

Перекусить петрушкой? Кажется, я понимаю намерение этих родителей: они не хотят, чтобы их чадо растолстело и стремятся разнообразить его рацион. Наверное, они считают себя оригиналами, способными дать своему ребенку необычный опыт: немецкий язык, петрушка…

Справедливости ради замечу, что петрушка вряд ли испортит ребенку аппетит. Однако с высоты своего «французского» опыта скажу, что есть причина, почему петрушка не пользуется популярностью у детей в качестве перекуса. Сама по себе петрушка невкусная, хороша она только как приправа к блюдам.

Не могу избавиться от мысли, что такие родители отбивают у ребенка понимание того, что такое «вкусно» и «невкусно». А если вдруг мальчик узнает, что на свете есть печенье?

В тепличной среде Парк-Слоупа некоторые родители, кажется, перещеголяли сами себя. Теперь они не просто задаются «американским вопросом», как ускорить развитие детей. Им уже хочется обмануть основные вкусовые предпочтения, свойственные человеку!

Понимаю, что и сама грешу этим, когда Бин идет на свой первый праздник Хэллоуина (ей около двух лет).

Мало кто из французов отмечает его, поэтому каждый год группа англоговорящих мам из Парижа снимает верхний этаж «Старбакса» у площади Бастилии.

Бин быстро поняла, что ей будут давать конфеты — помногу, и тут же начинает их есть. Причем не две-три, она пытается съесть *все* конфеты из своего пакета. Она сидит в углу зала и запихивает в рот розовые, желтые, зеленые липкие сладости. Я была вынуждена вмешаться, чтобы она разом все это не проглотила.

И тут мне приходит в голову, что в отношении сладостей я избрала неверный подход. Ведь до того дня Бин почти не ела конфет, а тем более желейных: как «правильная мама» я делала вид, что конфет не существует.

Мне часто приходилось видеть, как родители терзаются вопросом: давать или не давать детям сладкое? Однажды моя знакомая англичанка заявила, что ее дочь не будет есть печенье,

потому что «ей не обязательно знать, что это такое». Другая мама, психолог, едва до нервного срыва не дошла, рассуждая, стоит ли давать своему полуторагодовалому чаду фруктовое мороженое — хотя стоял жаркий летний день и все дети вокруг мороженое ели. (Наконец решила дать.) А одна пара с тремя высшими образованиями на двоих устроила целый диспут на повышенных тонах по поводу того, можно ли четырехлетке купить леденец на палочке.

Однако нельзя отрицать очевидного: сладости существуют. И французские родители в курсе. Французы не стремятся полностью исключить сладкое из детского рациона. Нет, во Франции десерты — часть системы.

Но дети знают: для сладкого есть свое время. И поскольку сладости возникают в их жизни довольно-таки часто, им не нужно с остервенением запихивать в рот конфеты, как это делают дорвавшиеся до нормальной еды заключенные. Обычно дети едят сладкое на днях рождения, на праздниках в детском саду, иногда — в качестве угощения. В таких случаях им позволяют есть все.

Когда я пытаюсь запретить близнецам есть сколько угодно конфет и шоколадного торта на праздновании Рождества в детском саду, одна из воспитательниц считает своим долгом вмешаться. Она говорит, что праздник есть праздник, и никаких ограничений быть не должно. Вспоминаю мою стройную подругу Вирджини, которая следит за своим рационом по будням, но в выходные позволяет себе все. Детям тоже нужны отступления от обычных правил.

Но решать, когда можно отступить от правил, а когда нет, должны родители. Однажды я привожу Бин на день рождения Эбигейл, девочки из нашего дома. Приходим первыми. (Мы тогда еще не знали, что на детские дни рождения во Франции принято опаздывать.) Мама Эбигейл ставит на стол тарелку с печеньем и конфетами. Эбигейл спрашивает, можно ли взять конфету. Мама отвечает «нет» и объясняет, что еще не время десерта. Дальше происходит то, что лично я расцениваю как маленькое чудо: Эбигейл с тоской бросает взгляд на конфеты и убегает играть с Бин в соседнюю комнату.

Гораздо чаще, чем конфеты и печенье, французские дети едят шоколад. Французы из среднего класса вообще воспринимают шоколад как отдельный пищевой продукт — из тех, что следует потреблять умеренно. Когда Фанни перечисляет продукты, которые обычно ест ее Люси, среди них есть и печенье, и торт.

— И, разумеется, шоколад, — добавляет она.

Когда на улице холодно, Элен дает своим малышам горячий шоколад. Они пьют его на завтрак с кусочком багета или на

полдник с печеньем. Мои дети обожают книжки про Чупи — любимца французских малышей, похожего на пингвиненка. Когда Чупи болеет, мама разрешает ему остаться дома и выпить горячий шоколад. Мы идем в театр недалеко от дома на спектакль «Златовласка и три медведя». Во французской версии медведи едят не овсяную кашу, а *bouillie au chocolat* (горячий шоколад, в который для густоты добавлена мука).

— Шоколад восполняет силы, потраченные на учебу, дает энергию, — объясняет Дениз, эксперт по медицинской этике. Она не водит детей в «Макдональдс» и каждый вечер готовит ужин из свежих продуктов. Но на завтрак ее дочки едят шоколад, хлеб и фрукты.

Чтобы ваша фантазия не разыгралась, замечу, что французским детям перепадает не так уж много шоколада: обычно небольшая плиточка, одна чашка горячего напитка или кусочек булочки с шоколадом. Они съедают лакомство с удовольствием и не ждут добавки. Шоколад для них — постоянная часть рациона, а не запретный плод.

Однажды Бин возвращается домой из летнего лагеря и привозит с собой «шоколадный бутерброд»: багет, а внутри — плитка горького шоколада. Я так поражена, что даже фотографирую это. А позднее узнаю, что «шоколадный бутерброд» — классический французский полдник. Французы не боятся давать детям сладкое. Как правило, торт или печенье подают как десерт на обед или полдник. Но на ужин ни один французский ребенок сладкий десерт не получит.

— То, что съешь вечером, останется с тобой навсегда! — комментирует Фанни.

После ужина она обычно дает детям фрукты или фруктовое ассорти, которое продается везде в маленьких баночках. (С сахаром или без сахара.) Во французских супермаркетах есть целая полка готовых ассорти из фруктов. Фанни покупает также натуральный йогурт разных марок и дает его Люси с вареньем.

В том, что касается питания (как и в остальных сферах жизни), родители во Франции стремятся к тому, чтобы дети знали о существовании строгих правил, но в рамках этих правил ощущали себя свободными.

Не помню точно, когда я начала кормить детей завтраками, обедами и ужинами из нескольких блюд. Это поистине гениальное французское изобретение! Все начинается с завтрака. Дети садятся за стол, и я ставлю перед ними тарелку с нарезанными фруктами. Они пробуют то один кусочек, то другой, пока я готовлю тосты или кашу. За завтраком можно пить сок, но

дети знают, что за обедом и ужином мы пьем только воду. Даже наш «профсоюзный босс» ничего не имеет против. Мы говорим о том, какой чистый у воды вкус.

Во время обеда и ужина я ставлю на стол овощи. Прежде чем дать детям основное блюдо, слежу, чтобы они хотя бы поклевали закуску. Но обычно малыши вычищают тарелки, кроме тех случаев, когда им предлагают что-то новое. Тогда вступает в силу правило «пробовать обязательно, но не обязательно доедать». Если Лео отказывается есть незнакомое блюдо, я настаиваю, чтобы он хотя бы понюхал его, — обычно после этого он обязательно откусит кусочек.

Бин иногда обращает это правило в свою пользу: съедает один ломтик цуккини и заявляет, что больше не должна. А недавно сказала, что согласна попробовать все, «кроме салата», — под салатом она подразумевает зеленые листья салата-латука. Но обычно ей нравятся закуски, которые я делаю: нарезанное ломтиками авокадо, помидор под соусом винегрет или брокколи на пару с каплей соевого соуса и пармезаном. Мы всегда смеемся, когда я готовлю *carottes rapées* — тертую морковь в соусе — и пытаюсь произнести название этого блюда.

Мои дети садятся за стол голодными, потому что у нас нет перекусов, — за исключением полдника. Этого правила легко придерживаться, так как все дети во Франции его соблюдают. Но мне все равно потребовалось собрать в кулак всю свою волю, чтобы добиться прогресса. Я просто не реагировала на просьбы выдать кусочек хлеба или банан в перерыве между приемами пищи. Когда дети стали постарше, они перестали просить. Но если иногда это случается, я отвечаю: «Нет, через полчаса ужин». Обычно они не возражают, только если сильно устали. (Вы не представляете, как я горжусь собой, когда в супермаркете Лео показывает на коробку с печеньем и говорит: «Полдник»!)

Я стараюсь соблюдать правила без фанатизма (не быть «больше француженкой, чем сами французы», как говорит Саймон). Например, когда готовлю, даю детям попробовать ломтик помидора или пару горошин. Если предстоит знакомство с новым продуктом — кедровыми орешками, к примеру, — предлагаю им парочку, пока колдую над основным блюдом, чтобы настроить заранее. Иногда я даже даю им по веточке петрушки, хоть и не называю это «перекусом». И воду, разумеется, они могут пить, когда хотят.

Иногда соблюдение всех этих правил питания требует немалых усилий. Особенно когда Саймон в отъезде: так хочется обойтись без закуски и просто метнуть на стол тарелку с макаронами, назвав это ужином. Бывает, я так и делаю.

Довольные дети уплетают макароны за обе щеки и, естественно, не просят салат или овощное блюдо.

Но обычно у них нет выбора. Как все французские мамы, я считаю своим долгом научить их ценить разнообразие вкусов и питаться сбалансированно. Как все французские мамы, я стараюсь держать в голове полноценное меню на весь день. Мы придерживаемся принятой во Франции схемы: плотное мясное или рыбное блюдо на обед и более легкий ужин из углеводных продуктов, непременно с овощами. Дети часто едят макароны, но я стараюсь подавать их с разными соусами и выбираю пасту разной формы. Когда есть время, готовлю большую кастрюлю супа на ужин (хотя руки не доходят сделать суп-пюре) и подаю его с рисом или хлебом.

Неудивительно, что дети считают более аппетитными блюда, приготовленные из свежих продуктов, и те, что выглядят привлекательно. Я задумываюсь о цветовой гамме продуктов, иногда украшая блюда ломтиками помидоров или авокадо, если они выглядят чересчур монотонно. У нас целая коллекция ярких детских тарелок. Но ужин я всегда подаю на белых, чтобы приготовленное блюдо выглядело красочно, а дети понимали, что едят, как взрослые.

За столом я стараюсь, чтобы дети по возможности сами себя обслуживали. С самого раннего возраста я передавала близнецам тарелку с тертым пармезаном, чтобы они сами посыпали свои макароны. Мои дети сами кладут сахар в чашки с чаем или шоколадом. Бин иногда просит угостить ее после еды кусочком камамбера или другого сыра. Я не против. Торт или мороженое за ужином мы едим лишь по праздникам. Но я никак не могу заставить себя сделать «шоколадные бутерброды».

Все перечисленные правила вошли в привычку не сразу: мне повезло, что мои дети вообще любят поесть. Воспитательница в яслях зовет близнецов гурманами (во Франции так вежливо называют обжор). Говорит, что их любимое слово — *encore* (еще). Есть у них одна, скорее всего детсадовская, привычка, которая меня ужасно раздражает, — после еды они поднимают тарелки и показывают, что все доели. При этом соус, оставшийся на тарелках, капает на стол. (В яслях тарелки, видимо, принято вытирать кусочком хлеба.)

Табу на сладости в нашем доме больше нет. С тех пор как мы стали давать их детям (иногда), Бин уже не заглатывает конфеты, как в последний раз в жизни. Когда на улице холодно, я варю по утрам горячий шоколад и подаю со вчерашним багетом, слегка подогретым в микроволновке, и кусочками яблока, которые дети любят макать в чашки. Настоящий французский завтрак!

Горячий шоколад по рецепту Элен

На 6 *чашек:*

1–2 чайные ложки порошка какао

1 литр нежирного молока

сахар по вкусу

Разведите в кастрюле 1–2 чайные ложки (с горкой) какао-порошка без сахара с небольшим количеством молока, холодного или комнатной температуры. Хорошо перемешайте, чтобы получилась густая масса. Добавьте оставшееся молоко и хорошо размешайте. Готовьте на среднем огне до закипания. Немного охладите, снимите пенки и разлейте в чашки. Пусть дети сами положат сахар.

Быстрый завтрак

В большой кружке смешайте одну чайную ложку какао и немного молока, чтобы получилась густая масса. Долейте молока доверху, перемешайте. Подогрейте в микроволновке. Добавьте чайную ложку сахара. Подавать с хрустящим багетом или поджаренным хлебом.

ГЛАВА 13
Кто в доме главный?

Лео, наш смугленыш, все делает очень быстро. Не в том смысле, что он одаренный, нет. Просто он передвигается примерно в два раза быстрее, чем обычные люди. К двум годам у него телосложение профессионального бегуна. Он даже песенку «С днем рождения тебя!» поет очень быстро — пара секунд, и песенке конец.

Управляться с этим маленьким торнадо очень сложно. Когда мы с ним идем в парк, мне приходится постоянно бегать: ведь любая калитка для него — приглашение войти.

Что больше всего поражает меня в родителях-французах — их непререкаемый авторитет. (Это самое сложное из того, чему у них можно и нужно научиться.) Многие папы и мамы настолько естественно и спокойно демонстрируют свою власть, что им нельзя не позавидовать. И дети обычно слушаются. Никуда не убегают, не перечат, не вступают в длительные переговоры с родителями. Но как французам это удается? И как мне научиться этому волшебному качеству?

Одним воскресным утром моя соседка Фредерик, с которой мы вместе гуляем в парке, видит, как я пытаюсь управиться с Лео. Раньше Фредерик работала в агентстве путешествий в Бургундии. Ей сорок с чем-то, у нее хриплый голос заядлой курильщицы и деловая манера общения. Спустя годы бюрократических проволочек она удочерила Тину — прелестную рыжеволосую малышку из русского приюта.

К моменту нашей совместной прогулки материнский стаж Фредерик равняется всего трем месяцам. Но мне уже есть чему поучиться. Кажется, сам факт того, что она француженка, дает ей понимание, что можно, а чего нельзя. Мы с Фредерик, сидим на бортике песочницы в парке, пытаемся вести разговор. Но Лео то и дело порывается выбежать за пределы детской площадки. И каждый раз я встаю, гонюсь за ним, ругаю и тащу обратно, а он орет. Меня это очень раздражает и утомляет. Поначалу Фредерик наблюдает за этим молча. А потом без капли снисхождения в голосе заявляет, что если я буду все время бегать, то мы не сможем спокойно посидеть и поговорить.

— Ну да, — отвечаю я. — А что я могу сделать?

Фредерик говорит, что я должна быть с Лео построже, чтобы он понял: убегать из песочницы нельзя.

— Иначе так и будешь бегать за ним до старости, а это не

дело, — решительно заявляет она.

Мне беготня за ребенком представляется неизбежной. Но, по мнению Фредерик, этого вполне можно избежать.

Сомневаюсь, что у меня получится воплотить ее совет быть построже. Ведь последние двадцать минут я только и делаю, что приказываю Лео перестать убегать из песочницы. Фредерик улыбается и рекомендует вложить в мое «нет» побольше решимости — чтобы не осталось сомнений: я не шучу!

Когда Лео в следующий раз выбирается из песочницы, я говорю «нет» чуть строже, чем обычно, но он все равно уносится прочь. Встаю и тащу его обратно.

— Вот видишь? — обращаюсь к Фредерик. — Это невозможно.

Фредерик снова улыбается: мол, мое «нет» было недостаточно убедительным. По ее мнению, мне не хватает уверенности, что Лео меня послушает.

— Надо не кричать, а говорить убежденно.

Но я боюсь, что Лео испугается.

— Не бойся, — подбадривает меня Фредерик.

Лео опять не слушается. Я начинаю чувствовать, как мое «нет» становится все более и более решительным. Я не кричу, просто голос становится тверже. Мне кажется, что я играю роль какой-то совсем другой мамы.

Четвертая попытка. Лео подбегает к калитке, но тут случается чудо — он не открывает ее! Мой сын оглядывается и настороженно смотрит в мою сторону. Я сдвигаю брови, всем своим видом выражая неодобрение.

Проходит еще минут десять, и Лео оставляет попытки сбежать. Теперь он спокойно играет с Тиной, Бин и Джоуи в песочнице. А мы с Фредерик болтаем, вытянув ноги.

Я поражена тем, что Лео вдруг начал воспринимать меня как «старшего по званию».

— Вот видишь, — произносит Фредерик, отнюдь не злорадствуя. — Главное — выбрать правильный тон. Непохоже, что Лео получил психологическую травму, — добавляет она.

Я смотрю на него и понимаю, что, пожалуй, впервые в жизни он начал вести себя как французский ребенок. Вообще все трое ведут себя благоразумно, я вдруг чувствую, как расслабляются мои плечи. Раньше мне никогда не удавалось расслабиться в парке. Так вот каково это — быть французской мамой!

Несмотря на приятное расслабление, чувствую себя глупо. Как все просто — почему же я с самого начала не вела себя так? Да уж, суперпродвинутая техника воспитания — просто научиться говорить «нет»! По сути Фредерик не научила меня ничему

новому, просто убедила отбросить сомнения и обрести уверенность в собственной компетентности.

Фредерик уверена — если родители в хорошем настроении и могут спокойно поболтать в парке, детям от этого только лучше. И, кажется, она права. Мы сидим и разговариваем, я вижу, что Лео гораздо спокойнее, чем полчаса назад. Вместо беготни с последующим возвращением, он мило играет с другими малышами.

Но только я собралась поделиться новым методом — «Скажите уверенное „Нет!“» — со всеми, кого знаю, как Фредерик предупреждает: никакие волшебные методики не заставят детей уважать родительский авторитет вот так, сразу. Это требует времени.

— Жестких правил нет, — говорит она, — нужно все время менять подход.

Как жаль… Так какое еще секретное оружие помогает французам пользоваться авторитетом у своих детей? Как они добиваются уважения день за днем, ужин за ужином? А главное — как мне научиться?

Коллега-француженка дает совет: коль скоро меня интересует вопрос родительского авторитета, мне нужно поговорить с ее кузиной. Доминик, французская певица и мама троих детей, живущая в Нью-Йорке, — неофициальный эксперт по различиям между французскими и американскими родителями.

Знакомимся. Доминик 43 года, она похожа на героинь фильмов французской «новой волны»: темные волосы, изящные черты лица, выразительные глаза. Если бы я была стройнее и красивее, умела бы петь, то можно было бы сказать, что мы — зеркальное отражение друг друга: Доминик — парижанка, растит детей в Нью-Йорке; я — бывшая жительница Нью-Йорка и воспитываю детей в Париже. Жизнь во Франции сделала меня спокойнее, теперь я менее склонна к неврозам. А Доминик, несмотря на свою чувственную красоту, заразилась нью-йоркским многословием и склонностью к самоанализу — неотъемлемой части манхэттенской жизни. По-английски она говорит живо, хотя и с французским акцентом, часто вставляет всякие «типа» и «о боже мой».

Она приехала в Нью-Йорк студенткой, в 22 года. Планировала полгода учить английский, потом вернуться домой. Но Нью-Йорк быстро стал для нее домом.

— Здесь я чувствовала себя прекрасно, меня все вдохновляло, у меня было столько энергии! В Париже я уже давно не испытывала ничего подобного, — вспоминает она.

Выйдя замуж за американского музыканта, Доминик с первой же беременностью приняла американский подход к родительству.

— Люди здесь стремятся поддержать друг друга, во Франции такого нет… Допустим, ты ждешь ребенка и занимаешься йогой — пожалуйста, вот группа йоги для беременных.

Она также стала обращать внимание на то, как в США относятся к детям. На праздновании Дня благодарения с родственниками мужа Доминик поразилась, увидев, как с появлением трехлетней девочки двадцать взрослых людей прекратили все свои разговоры и сосредоточились только на ней!

— Я тогда подумала: как же это здорово, что за культура! Дети здесь словно боги, и это потрясающе. Неудивительно, что американцы так уверены в себе, так оптимистичны, а французы вечно в депрессии! Вы только посмотрите, сколько внимания — и все одному ребенку.

Со временем Доминик изменила свое мнение. Она заметила, что та самая трехлетняя девочка, ради которой в День благодарения затихли все разговоры, похоже, отрастила непомерное чувство собственной значимости.

— Эта девочка начала действовать мне на нервы, и я решила: все, хватит. Малышка всегда считала: раз она здесь, все должны обращать внимание только на нее.

Сомнения Доминик усилились, когда она услышала, как малыши в детском саду, куда ходили ее дети (сейчас им 11, 8 и 2), реагируют на указания воспитателей: «Ты мне не босс».

— Во Франции такого никогда не услышишь, *никогда!*.

А когда их с мужем приглашали в гости американские пары с маленькими детьми, готовила обычно Доминик — хозяева были слишком заняты, пытаясь уложить детей спать.

— Вместо того чтобы строго сказать: «Хватит, детям пора спать, это взрослое время, наше время, которое мы хотим провести со своими друзьями»… В общем, как ты понимаешь, так никто не говорил. Не знаю почему, но в Америке никто так не говорит. Они просто не умеют. Они выполняют все желания детей, как прислуга, и все. Смотрю на это, и у меня слов не хватает.

Доминик все еще обожает Нью-Йорк и считает американские сады и школы лучше французских. Но что касается воспитания, она все больше склонна возвратиться к французской традиции с ее строгими правилами и ограничениями.

— Французские методы порой слишком строги, не отрицаю. Французы могли бы быть с детьми и помягче, подружелюбнее, — говорит она. — Но американцы довели все до абсурда. Воспитывают детей так, будто те — короли мира!

Мне сложно спорить с ней. Ведь я прекрасно помню ужины в День благодарения. Американские родители, и я в том числе, почему-то теряются, когда требуется показать, «кто в доме главный». Чисто теоретически мы знаем, что детям нужны границы. В нашей теории воспитания тоже есть такая аксиома. Однако на практике часто неясно, где проходят эти границы, а порой нам кажется, что устанавливать их как-то неловко.

— Я лучше вообще не буду на нее сердиться, чем потом мучиться чувством вины из-за того, что рассердилась, — оправдывает плохое поведение своей трехлетней дочери бывшая сокурсница Саймона.

Одна моя подруга призналась, что трехлетний сын ее укусил. Но ей было совестно его отчитывать, зная что он наверняка заплачет. Она предпочла забыть о случившемся.

Многие родители боятся излишней строгостью сломать свободолюбивый дух своих чад. Одна американская мамочка, приехав к нам в гости, пришла в ужас, увидев в нашей квартире манеж. Оказывается, в Штатах считается, что манежи ограничивают развитие. (Мы этого не знали — в Париже ими пользуются все.)

Знакомая с Лонг-Айленда рассказывает о своем невоспитанном племяннике, чьи родители, по ее мнению, слишком много ему позволяли. Однако он вырос и стал главой отделения онкологии одного из крупнейших американских медицинских центров — а был невыносимым ребенком!

— Думаю, если ребенок умен, но при этом неуправляем, с возрастом он ощутит больше свободы для развития, — говорит она.

Очень сложно понять, где они, эти границы. Что, если я заставляю Лео сидеть в манеже, а он из-за этого в один прекрасный день не изобретет лекарство от рака? Где кончается свобода самовыражения и начинается обычное хулиганство? Если я разрешаю своим малышам останавливаться и разглядывать крышки люков на тротуаре, значит ли это, что я им потакаю. Или так развивается любознательность?

Многие мои знакомые (не французы) застряли где-то посредине и пытаются быть для своих детей одновременно и музами, и диктаторами. В результате такого подхода они бесконечно торгуются со своими детьми. Сталкиваюсь с этим впервые, когда Бин исполняется три года. Новое правило нашего дома гласит, что ей можно 45 минут в день смотреть телевизор. В один прекрасный день она просит посмотреть подольше.

— Нет. На сегодня хватит, — отвечаю я.

— Но ведь когда я была маленькой, я совсем не смотрела

телевизор, — возражает она.

Как и в нашей семье, во многих домах существует хотя бы несколько запретов. Но теорий воспитания так много, а есть родители, которые вообще против дисциплины. Знакомлюсь с одной такой мамочкой во время очередной поездки домой.

Лиз — дизайнер, ей тридцать пять или около того, а ее дочке Руби — пять. Лиз без запинки называет авторов, сформировавших ее взгляды на воспитание: педиатр Уильям Сирз, писатель Элфи Кон и бихевиорист Б. Ф. Скиннер. Когда Руби хулиганит, Лиз с мужем пытаются объяснить девочке, что она делает неправильно с точки зрения морали.

— Мы стремимся избавиться от нежелательного поведения, не напирая на родительский авторитет, — говорит Лиз. — Я стараюсь не сдерживать ее физически лишь потому, что я сильнее. Стараюсь не пользоваться тем, что распоряжаюсь деньгами: «это я тебе куплю, а это не куплю».

Меня впечатляет то, как продуманно и старательно Лиз отнеслась к созданию собственного метода в воспитании. Она не просто приняла на веру чьи-то правила, а тщательно проанализировав работы нескольких экспертов, вывела собственный гибрид. По ее словам, изобретенный ею новый метод воспитания — просто революционный скачок вперед по сравнению с тем, как воспитывали ее.

Но за все нужно платить. Лиз говорит, что ее эклектичные методы, а также нежелание слышать критику в свой адрес настроили против нее многих соседей, сверстников и даже ее собственных родителей. Бабушка с дедушкой в шоке от того, как она воспитывает Руби, и в открытую не одобряют этого, поэтому Лиз больше не обсуждает с ними эту тему. Когда они приходят в гости, атмосфера накаляется, особенно если Руби начинает безобразничать.

Тем не менее Лиз с мужем не отступают от своего намерения вовсе не пользоваться родительским авторитетом. В последнее время Руби начала их бить. Когда это происходит, они усаживают ее и спокойно объясняют, почему бить людей плохо. Но рациональное общение с самыми лучшими намерениями, похоже, не помогает.

— Она все еще нас бьет, — признается Лиз.

В сравнении с этим Франция кажется другой планетой. Даже родители богемных кругов бравируют своей строгостью, ни у кого не возникает сомнений, кто стоит на вершине семейной иерархии. В стране, где почитают революцию и баррикады, за семейным столом анархистов нет.

— И это парадокс, — признает Джудит из Бретани,

специалист по истории искусств и мама троих детей.

Джудит утверждает, что в политике она отрицает любые авторитеты, однако, когда речь заходит о воспитании, она — главная, и точка.

— Сначала родители, потом дети, — так она определяет семейную иерархию. — Во Франции, — поясняет Джудит, — нет такого понятия, как разделение власти с детьми.

Во французских СМИ и среди старшего поколения часто обсуждают тему синдрома «ребенка-царька». Но, общаясь с парижанами, я всегда слышу только одно: *«C'est moi qui décide»* («Здесь решаю я»). Есть более категоричная версия: *«C'est moi qui commande»* («Здесь командую я»). По словам родителей, эти фразы напоминают детям, да и самим родителям о том, «кто в доме хозяин».

Американцам такая иерархия может показаться тиранией. Американка Робин замужем за французом, живет в пригороде Парижа. У нее двое детей: Эдриен и Леа. За семейным ужином в своей квартире она однажды рассказывает о том, как повела Эдриена к педиатру, когда тот был совсем маленьким. Эдриен плакал и отказывался вставать на весы, тогда Робин присела с ним рядом и принялась его уговаривать.

Но тут вмешался доктор.

— Не надо ничего ему объяснять, — произнес он. — Просто скажите: «Так надо. Ты встанешь на весы, и это не обсуждается».

Робин была в шоке. Потом она нашла другого педиатра — этот ей показался уж очень суровым.

Марк, муж Робин, послушав ее рассказ, бросился возражать:

— Нет, он не так сказал!

Марк — профессиональный игрок в гольф, вырос в Париже. Он относится к тому типу французских родителей, кому без усилий удается внушить детям уважение. Я успела заметить, как внимательно слушают его малыши, когда он с ними разговаривает, и мгновенно реагируют.

Так вот, Марк не считал, что врач нахально раскомандовался. Напротив, по его мнению, доктор помог Эдриену, показав, как вести себя воспитанно. Тот случай Марк вспоминает совсем по-другому:

— Он сказал, что ты должна вести себя более уверенно, взять ребенка и поставить его на весы… Если предоставить ребенку выбор, он растеряется. Нужно показать ему, что делать. Внушить, что принято делать так, это не хорошо и не плохо — просто *так надо.*

— Это такая простая вещь, но с нее все и начинается, — добавляет Марк. — Некоторые вещи *не нужно объяснять.* Ребенок

должен взвеситься, поэтому мы берем ребенка и ставим на весы. И точка. Точка!

То, что Эдриену урок не понравился, тоже пошло ему на пользу.

— В жизни есть не слишком приятные вещи, но их все равно надо делать, — пожимает плечами Марк. — Нельзя делать лишь то, что любишь, и то, что хочешь.

Когда я спрашиваю Марка, откуда у него такая уверенность в себе, становится понятно, что она дается ему не так легко. Ему пришлось приложить много усилий, чтобы установить подобный стиль общения с детьми. Родительский авторитет — то, о чем он очень много думает и считает главным. Марк старается заслужить уважение своих детей, потому что убежден: дети сами ощущают себя увереннее, если их родители уверены в себе.

— Я бы предпочел, чтобы мои родители были лидерами, указывали мне дорогу, — рассуждает он. — Ребенок должен чувствовать, что у его мамы или папы все под контролем.

— Это как на лошади, — встревает Эдриен, которому уже девять лет.

— Хорошее сравнение! — соглашается Робинн.

— Во Франции есть поговорка, — продолжает Марк, — «Проще ослабить болт, чем закрутить». То есть нужно быть очень жестким. Если ты тверд, то сможешь и расслабиться. Но если слаб… «закрутить болт», то есть стать сильнее, будет очень сложно.

По сути, Марк описал систему ограничений, которую родители во Франции выстраивают для своих детей с первых лет жизни. Важным кирпичиком в ней является право родителей время от времени сказать: «Вставай на весы, и точка». Американцы вроде меня принимают как должное, если им приходится весь день гоняться за детьми по парку или укладывать их спать полвечера, хотя на ужин пришли гости. Это раздражает, но воспринимается уже как норма. Но для французов жизнь с «ребенком-королем» означает огромный дисбаланс в семье. Они считают, что это никому не на пользу. Повседневная жизнь и для родителей, и для детей становится лишенной удовольствия. Создание системы ограничений, *cadre*, требует больших усилий, однако альтернатива неприемлема. Французы понимают: четкие границы — единственное, что избавляет их от двухчасовых уговоров лечь спать.

— Возможно, кто-то считает, что, если у тебя есть дети, ты уже не можешь распоряжаться своим временем, — говорит Марк. — Но дети должны понимать, что не являются центром внимания. Что мир не крутится вокруг них.

Как же родителям удается выстроить эту систему? Процесс ее создания кому-то может показаться жестким. Но тут дело не только в умении говорить «нет» и насаждении собственного авторитета. Родителям во Франции удается очертить границы просто потому, что они постоянно о них говорят. То есть тратят действительно много времени, объясняя детям, что можно, а что нет. Все эти разговоры выстраивают систему ограничений. Дети начинают ощущать ее почти физически — так хороший мим способен убедить человека, что перед ним действительно стена.

Постоянное напоминание о границах дозволенного происходит в очень вежливой форме. Родители часто говорят «пожалуйста», даже обращаясь к младенцам. (С младенцами тоже надо говорить вежливо, ведь они понимают, о чем идет речь.)

Устанавливая границы для детей, родители часто используют выражение «имеешь/не имеешь право». «Не бей Жюля, — говорят они. — Ты не имеешь права его бить». И разница здесь не только в семантике. Подобный запрет звучит совсем иначе. Это выражение подразумевает, что существует некая фиксированная, организованная система правил для взрослых и детей. И если ребенок не имеет права делать одно, у него есть право делать что-то другое. Есть даже песенка, которую знают все малыши: *«Oh la la, on a pas le droit de faire ca!»* («О-ля-ля, мы не имеем права так делать!»)

Другая фраза, которую часто используют французские родители в общении с детьми, — «не одобряю». «Я не одобряю, когда ты швыряешься горошком», — мамы произносят это серьезным тоном, глядя ребенку в глаза. «Не одобряю» несет в себе гораздо больше, чем обычное «нет». Таким образом родители показывают, что у них есть свое мнение, с которым ребенок должен считаться. При этом допускается, что у малыша может быть свое мнение по поводу разбрасывания горошка — пусть родители от него и не в восторге. То есть такое поведение воспринимается как сознательный выбор — и соответственно ребенок так же сознательно способен от него отказаться.

Возможно, именно поэтому за столом во Франции всегда царит такое спокойствие. Вместо того чтобы ждать большого скандала и прибегать к суровым наказаниям, родители предпринимают множество маленьких вежливых превентивных шажков, основываясь на установленной системе правил.

Я наблюдала эту систему в действии в яслях, присутствуя на обеде для полуторагодовалых малышей (шикарный обед из четырех блюд). Шестеро карапузов в одинаковых розовых слюнявчиках из махровой ткани сидели за прямоугольным столом под присмотром Анны-Мари. В комнате царила атмосфера

полной безмятежности. Анна-Мари рассказывала о каждом из блюд и объявляла, что будет дальше. При этом она пристально следила за действиями своих воспитанников и, не повышая голоса, комментировала их небольшие промахи.

— *Doucement*… тихо, ложкой мы так не делаем, — обращается она к мальчику, который начал бить по столу ложкой. — Нет, нет, сыр не трогаем, его едим потом, — велит она другому малышу. Разговаривая с ребенком, она всегда смотрит ему в глаза.

Не всегда родители и воспитатели прибегают к столь тщательному контролю. Но я обратила внимание, что они часто делают это именно во время еды — за столом много правил, много мелких действий, и если что-то пойдет не так, это может привести к хаосу. На протяжении всего 30-минутного обеда Анна-Мари непрерывно разговаривает с детьми и поправляет их. К концу обеда лица малышей перепачканы едой — зато на полу лишь пара крошек.

Марк, Анна-Мари — французские родители и воспитатели внушают уважение, но при этом не выглядят диктаторами. Они не стремятся вырастить детей послушными роботами. Напротив, они прислушиваются к малышам и постоянно с ними разговаривают. Самые авторитетные родители среди моих знакомых говорят с детьми на равных, а не как хозяева с подчиненными.

— Когда что-то запрещаешь, всегда нужно объяснять причину, — говорит Анна-Мари.

Когда я спрашиваю французов о том, какими бы они хотели видеть своих детей, большинство отвечает: чтобы были уверены в себе и нашли свое место в мире. Они желают, чтобы у их малышей был собственный вкус и мнение. Французы даже начинают беспокоиться, если дети слишком послушны. Им важно, чтобы дети проявляли характер. Но они верят, что достичь этого можно лишь в том случае, если дети уважают границы и умеют владеть собой. Поэтому одного характера мало: должна быть еще и система ограничений.

Мне очень сложно находиться среди таких воспитанных детей и родителей, чьи ожидания столь высоки. Каждый день я сгораю от стыда, когда близнецы начинают громко кричать или капризничать, когда мы идем по двору. Это как сигнал всем жителям нашего дома, у которых окна во двор: американцы идут!

Однажды в рождественские каникулы нас с Бин приглашают на полдник к одной из ее подружек. Детей угощают горячим шоколадом с печеньем, а меня — чаем. Мы сидим за столом, и Бин решает, что самое время пошалить. Делает глоток шоколада… — и выплевывает его обратно в чашку.

Я в ужасе. Я бы толкнула ее ногой под столом, да боюсь задеть чужого ребенка. Шиплю, чтобы прекратила, но не хочется портить всем полдник и устраивать скандал. Тем временем хозяйка дома и три ее дочки с ангельским видом сидят за столом и грызут печенье.

Я понимаю, как французам удается выстроить систему ограничений. Но мне совсем непонятно, как им удается удерживать детей в рамках системы, сохраняя при этом самообладание. Невольно вспоминается поговорка: хочешь, чтобы человек не вылезал из канавы, — полезай в канаву вместе с ним. По крайней мере у нас дома — именно так. Если я говорю Бин: «сиди в своей комнате», то я должна сидеть в комнате вместе с ней, иначе она обязательно выйдет.

Эпизод с Лео с парке внушил мне уверенность в своих силах, теперь я пытаюсь быть строгой мамой все время. Но это не всегда срабатывает. Я не всегда угадываю, когда нужно «закрутить болт», а когда, наоборот, ослабить.

Обращаюсь за советом к Мадлен, французской няне, работавшей в семье Робин и Марка. Мы с ней отправляемся обедать. Мадлен живет в маленьком городке в Бретани — это на западе Франции, но сейчас работает в ночную смену в парижской семье, где недавно родился малыш. (Ребенок все еще учится спать по ночам, объясняет Мадлен.)

Мадлен 63 года, у нее трое сыновей. Короткие седеющие каштановые волосы, теплая улыбка — она излучает спокойную уверенность, которую мне уже приходилось наблюдать у знакомых французов. Как и они, эта женщина убеждена в правильности своих методов.

— Чем избалованнее ребенок, тем он несчастнее, — говорит она практически сразу, как только мы садимся за стол.

Как же ей удается управляться со своими подопечными?

— *Les gros yeux,* — отвечает она. Это значит — «большие глаза».

Мадлен превращается из доброй бабули в розовом свитере и шарфике в злобную сову. Если даже она утрирует, «большие глаза» выглядят очень убедительно.

Я тоже хочу научиться делать *les gros yeux.* Когда приносят салаты, мы начинаем тренироваться. Поначалу мне трудно изображать сову и не смеяться. Но, как и с Фредерик в парке, мне постепенно удается поверить в свои силы, и я чувствую разницу. Смеяться уже не хочется.

Мадлен говорит, что она вовсе не испугом пытается заставить детей слушать ее. «Большие глаза» наиболее эффективны, если с

малышом установлена тесная связь, есть взаимное уважение. По словам Мадлен, самое приятное в ее работе — это когда удается установить с ребенком взаимопонимание, словно они смотрят на мир одними глазами. В таком случае она предугадывает поступки ребенка еще до того, как ему придет в голову что-то сделать. Надо внимательно наблюдать за ним, говорить с ним, давать ему определенную степень свободы. И понимать, что ребенок — тоже человек.

Чтобы выстроить с ребенком такие отношения, в рамках которых он будет реагировать на «большие глаза», необходимо сочетать строгость с гибкостью, предоставлять детям и автономию, и выбор.

— Детям нужно давать свободу, чтобы они могли проявить свою личность, — говорит она.

Мадлен считает, что строгость не противоречит взаимопониманию. Ее авторитет рождается как бы изнутри взаимоотношений с ребенком: она не давит на детей. Ей удается найти равновесие между общением на равных и авторитетом воспитателя.

— К детям нужно прислушиваться, но границы устанавливают взрослые, — объясняет она.

«Большие глаза» — знаменитый воспитательный метод во Франции. Бин жуть как боится, что воспитатель в яслях покажет *les gros yeux!* Даже взрослые французы до сих пор помнят, как на них смотрели «большими глазами» или делали что-то похожее.

«У нее было такое *особое* выражение лица», — пишет о своей матери Клотильда Дюсолье, парижский кулинарный критик. А еще ее отец и мать «начинали говорить особым голосом, когда мы переходили границы дозволенного. На их лицах появлялось суровое, раздосадованное, недовольное выражение, и они говорили: „Нет, это плохое слово“. Нам становилось стыдно, мы чувствовали себя немного униженными. Но это быстро забывалось».

Любопытно, что Клотильда с нежностью вспоминает «большие глаза» — как и систему ограничений, в рамках которой применялся этот метод. «Она всегда очень четко давала понять, что можно, а что нельзя, — пишет она о своей матери. — Ей удавалось быть любящей мамой и внушать нам уважение, даже не повышая голос.»

А вот я часто повышаю голос на детей. Криком иногда удается заставить их почистить зубы или вымыть руки перед ужином, но я после этого чувствую себя ужасно, и атмосфера в доме стоит та еще.

Бывает, что и французы обращаются к детям на повышенных

тонах. Однако они предпочитают наносить тактические удары, а не открывать сплошной огонь. Крик приберегают для совсем уж экстренных случаев, когда «донести мысль» больше никак не получается. Когда же я кричу на детей в парке или дома при гостях, французы всегда очень нервничают, словно стали свидетелями серьезного нарушения.

Американцы — и я в том числе — связывают понятие родительского авторитета с дисциплиной и наказанием. Французы о наказаниях не упоминают никогда. Они говорят об *education* — обучении детей. То есть, детей постепенно учат тому, что приемлемо, а что нет. Поскольку родитель выступает в роли учителя, а не полицейского, само общение детей и родителей окрашено в более спокойные тона. Когда Лео отказывается пользоваться взрослыми приборами за столом, представляю, что учу его пользоваться вилкой так же, как учила бы буквам алфавита. Так мне проще сохранять терпение и спокойствие. Мне больше не кажется, что меня не уважают, и я не сержусь, если он не подчиняется немедленно. Поскольку Лео чувствует, что напряжение уходит, он с большей охотой пробует воспользоваться вилкой. Я не кричу, и всем гораздо приятнее ужинать.

А еще я не сразу понимаю, что американцы и французы вкладывают разное значение в слово «строгость».

Для американцев «строгий» человек тот, кто обладает полной властью, — на ум приходит суровый неулыбчивый воспитатель. Немногие мои знакомые американцы захотели бы наградить этим эпитетом самих себя. Зато почти все французы с гордостью называют себя строгими родителями. Однако подразумевают они совсем другое. Французы строги в том, что касается нескольких основных правил, и довольно либеральны во всем остальном. Это все та же система ограничений: жесткие рамки, но в их пределах — полная свобода.

«Ребенку нужно предоставить как можно больше свободы, не заставляя его соблюдать бессмысленные правила, — пишет Франсуаза Дольто в книге „Основные этапы детства“. — Нужно оставить лишь правила, необходимые для его безопасности. По опыту — то есть попытавшись их нарушить — он поймет, что без правил не обойтись, что родители не станут насаждать их, лишь бы раздосадовать его.» Другими словами, строгость в ключевых моментах доказывает всего лишь, что родители действуют сообразно здравому смыслу, и дети в таком случае, скорее всего, будут слушаться.

Вполне в духе Дольто парижане из среднего класса признаются, что, как правило, не заводятся из-за маленьких

детских шалостей — *bêtises.* Детям свойственно шалить.

— Если за все провинности ругать одинаково, как дети поймут, какие из них серьезные? — замечает моя подруга Эстер.

Но те же самые французы признаются, что есть нарушения, на которые нужно реагировать немедленно.

«Запретные зоны» у всех разные. Но почти все мои знакомые французы отмечают, что никогда не стали бы терпеть неуважение к окружающим. Они имеют в виду необходимость говорить все эти *bonjour, au revoir* и *merci,* а также вежливое обращение к родителям и взрослым.

Под полным запретом находится и физическая агрессия. Детям американцев часто сходит с рук, когда они бьют своих родителей, хотя прекрасно знают, что это запрещено. Французы такого терпеть не станут. Однажды Бин ударила меня на глазах нашего соседа Паскаля, холостяка лет пятидесяти, ведущего довольно богемный образ жизни. Обычно Паскаль — милейшей души человек, но тут он прочитал суровую лекцию о том, что «так нельзя». Уверенность, с которой он произносил эту речь, меня просто восхитила. А Бин и вовсе оторопела от его слов.

Что касается отхода ко сну, тут можно видеть, как французы балансируют между строгостью и спокойным отношением. Например, некоторые родители говорят, что, когда приближается время спать, детям запрещено покидать свою комнату. Зато здесь они могут заниматься чем угодно.

Устанавливаю это правило у нас в доме, Бин оно очень нравится. Ее совсем не смущает тот факт, что она вынуждена сидеть в своей комнате. Она гордо повторяет:

— В своей комнате я могу делать, что хочу!

Обычно она играет немножко, читает и потихоньку засыпает сама.

Когда близнецам исполняется два года, и они переселяются из колыбелек в более «взрослые» кроватки, ввожу для них такое же правило. Они живут в одной комнате, поэтому ведут себя куда более шумно, чем Бин. Я только и слышу, как они гремят конструктором. Но если грохот не внушает опасения в их безопасности, к ним в комнату я не захожу. (Иногда, если уже поздно, а они по-прежнему бушуют, все-таки захожу и напоминаю: «Пора спать», а потом выключаю свет. Кажется, они не воспринимают это как нарушение принципа «в своей комнате делаю, что хочу». К тому моменту они обычно уже устают и без возражений забираются в кроватки.)

Что касается родительского авторитета, я склонна делить мир на черное и белое. Чтобы избавиться от такого восприятия,

наведываюсь в гости к Даниэлю Марселли. Марселли возглавляет детское психиатрическое отделение большой клиники в Пуатье. Его перу принадлежит более десятка книг; последняя называется «Слушаться разрешено» *(Il est permis d'obeir*). Книга предназначена родителям — это размышление на тему родительской власти.

Марселли излагает свою точку зрения сложными предложениями, цитируя Ханну Арендт и изумляясь парадоксам. Его любимый парадокс: чтобы укрепить свой авторитет, родители должны почти все время соглашаться с детьми.

— Если вечно все запрещать, превращаешься в тирана, — объясняет Марселли за кофе с шоколадными конфетами. По его словам, весь смысл родительской власти в том, чтобы разрешать детям делать определенные вещи, а не препятствовать этому.

Марселли приводит пример: допустим, ребенок хочет апельсин, или стакан воды, или поиграть на компьютере. В традициях современного французского «либерального воспитания» ребенок должен спросить разрешения, прежде чем сделать это. Марселли одобряет такой подход, но замечает, что родители почти всегда должны отвечать: «Да, можно».

— Запрещать можно лишь изредка… нельзя трогать хрупкие вещи или делать что-то небезопасное. Но в целом задача родителя — научить ребенка спрашивать разрешения, прежде чем осуществить свое желание.

Марселли говорит, что это обучение ставит и более долгосрочную задачу, не менее парадоксальную: если ребенок соблюдает все правила, рано или поздно наступит момент, когда он сознательно откажется подчиниться, и ничего плохого в этом нет.

— Признаком хорошего воспитания является умение ребенка время от времени сознательно идти наперекор родительской воле. Ведь умение не подчиняться приказам невозможно без умения быть послушным. Покорность унизительна, — поясняет Марселли. — А вот умение слушаться помогает ребенку взрослеть.

(Он говорит также, что нужно разрешать детям смотреть телевизор, чтобы у них со сверстниками было общее культурное поле.)

Чтобы понять рассуждения Марселли о родительском авторитете, надо быть французом (во Франции философию преподают в старших классах). Я поняла лишь одно: ограничения детям нужны еще и потому, что иногда позволяется нарушать их, а потом можно снова вернуться к системе, которая никуда не денется.

Марселли повторяет мысль, которую я часто слышала от

французов: без запретов дети потерялись бы в море своих желаний. («По природе своей человек не знает границ», — говорит он.) Французские родители подчеркивают важность ограничений, потому что знают: без них дети попали бы в стихию собственных импульсов. Запреты помогают сдержать внутреннюю бурю и утихомирить ее.

Это, пожалуй, объясняет тот факт, что мои дети — единственные, кто устраивает публичные истерики в парижских парках. Истерика помогает ребенку, когда его переполняют эмоции, но он не понимает, как себя контролировать. Другие дети привыкли слышать слово «нет» и умеют принимать отказ. Но не мои. Мое «нет» звучит слабо и неуверенно. Оно неспособно положить конец веренице капризов.

Марселли утверждает, что послушные дети тоже могут быть творческими личностями («пробужденными», как он говорит), то есть пребывать в том состоянии, которое французы называют «расцветом». Идеал французов — сделать так, чтобы ребенок «расцвел» в рамках системы ограничений. Конечно, есть и такие родители, которые считают «расцвет» важным настолько, что ради него готовы пренебречь системой. Марселли не скрывает своего отношения к ним. Он говорит, что их дети «чувствуют себя плохо и вырастают несчастными во всех смыслах этого слова».

Я прониклась этими новыми идеями. И отныне решаю быть авторитетной мамой — но не тираном. Однажды вечером, укладывая Бин спать, говорю ей, что поняла: ей иногда нужны шалости. Бин сияет. У нас наступает полное взаимопонимание.

— А ты можешь это папе объяснить? — просит она.

На самом деле Бин, которая посещает французский детский сад, разбирается в вопросах дисциплины гораздо лучше меня. Однажды утром стою во дворе нашего дома. Саймон уехал в командировку, я одна с детьми, и мы опаздываем. Мне нужно усадить малышей в коляску и отвезти их в ясли, а Бин доставить в сад. Но близнецы хотят идти пешком, а это займет слишком много времени. Соседи слышат наши переговоры и даже могут наблюдать за их ходом. Напустив на себя самый что ни на есть авторитетный вид (насколько это возможно, ведь я даже не выпила свой утренний кофе…), решительно приказываю им забираться в коляску.

Никакого эффекта.

Бин смотрит на меня исподлобья. Кажется, она считает, что мне должно быть стыдно — не могу управиться с такими малышами.

— Да ты просто скажи: а ну-ка, раз, два, три! — произносит она с явным раздражением. Видимо, так говорят ее воспитатели,

пытаясь заставить несговорчивого ребенка слушаться.

«Раз, два, три» — тоже мне наука! Некоторые американцы наверняка так говорят. Но логика этого действа чисто французская.

— Вы даете ребенку время и проявляете к нему уважение, — объясняет Марселли. — Ребенок должен играть активную роль в процессе воспитания, и вы даете ему такую возможность, оставляя время, чтобы отреагировать.

В своей книге Марселли приводит в пример ребенка, схватившего острый нож. «Его мать смотрит на него и говорит твердым, но нейтральным тоном, слегка нахмурив брови: „Положи на место!“ Допустим, ребенок смотрит на мать, но не реагирует. По прошествии пятнадцати секунд мать добавляет уже более решительно: „Сейчас же положи!“ Еще через десять: „Ты понял меня?“»

По мнению Марселли, тогда-то шалун уж точно должен положить нож на стол. «Голос становится ласковым, и она говорит: „Молодец“. А потом объясняет, почему брать нож опасно и как им можно порезаться.»

Марселли отмечает, что ребенок, хоть и послушался, активно участвовал в процессе. Обе стороны в этой ситуации проявили уважение друг к другу. «Ребенок подчинился, мать благодарит его за это, но не чрезмерно, ребенок признает ее авторитет… Чтобы такое произошло, нужны слова, нужно время, нужны терпение и умение слушать друг друга. Если бы мать бросилась к ребенку и просто вырвала нож у него из рук, он бы ничего не понял.»

Найти среднее арифметическое между повелеванием и уважением к ребенку, умением слушать его очень сложно. Однажды одеваю Джоуи перед уходом из яслей, он вдруг начинает плакать. А я вся проникнута новой идеей: главное слово — за мной. И реализую ее с рвением новообращенного фанатика. Решаю, что это случай из разряда «Эдриен и весы», моя задача — просто заставить Джоуи одеться.

Но Фатима, любимая воспитательница моего сына, слышит его хныканье и заходит в раздевалку. Она избирает совершенно иную тактику. Дело в том, что дома Джоуи периодически закатывает истерики, но в яслях такое случается редко. Фатима наклоняется к нему и гладит его по голове.

— В чем дело? — ласково спрашивает она.

Для нее эта истерика — не абстрактный и неизбежный каприз «ужасной двухлетки», а попытка человека рассказать о чем-то — маленького, но вполне рационального человека.

Через минуту, может, две Джоуи успокаивается и объясняет — словами и жестами, — что хочет взять шапочку из своего

шкафчика. Так вот из-за чего была вся истерика! (Кажется, припоминаю, что чуть раньше он пытался схватить эту шапку.) Фатима смотрит, как Джоуи подходит к шкафчику, открывает его и достает шапку. После этого он тут же успокаивается и готов идти домой.

Заметьте, Фатима — не мямля. Дети очень ее уважают. Терпеливо выслушав Джоуи, она вовсе не проявила слабость. Нет, она просто успокоила его и дала возможность высказать, что он хочет.

К сожалению, случаи бывают разные, нет единого правила, определяющего, как поступать. У французов множество противоречащих друг другу принципов, но не так уж много непреложных правил. Иногда нужно внимательно выслушать малыша. А иногда — просто поставить его на весы. Важно и устанавливать запреты, и наблюдать за ребенком, и налаживать взаимопонимание, а потом подстраиваться под ситуацию. У кого-то из родителей все это получается автоматически. Но я пока сомневаюсь, получится ли у меня. По-моему, это как научиться танцевать сальсу в тридцать, когда другие отплясывают ее с детства. Я все еще считаю шаги и наступаю на ноги.

Когда я бываю в гостях у американцев, дети очень часто за ужином нарываются на наказание: «Иди в свою комнату». Во Франции детям без конца напоминают о том, как вести себя за столом, но собственно наказывают редко. В качестве наказания ребенка иногда отсылают в его комнату или ставят в угол. Бывает, что и шлепают. Я всего несколько раз видела, как ребенка шлепают в общественных местах, хотя мои подруги говорят, что в Париже это обычное дело. Во время спектакля «Златовласка и три медведя» актриса, играющая роль мамы-медведя, спрашивает у детей в зале, что нужно сделать с маленьким медвежонком, который плохо вел себя.

— *La fessee!* (Отшлепать!) — кричат дети хором.

В ходе общенационального опроса выяснилось, что 19 % французов применяют физические наказания к детям время от времени, 46 % — редко и лишь 2 % — часто. Большинство (33 %), ответило, что никогда не бьют детей, а 55 % — категорически против физических наказаний[8].

Возможно, в прошлом порка играла существенную роль в воспитании детей и укреплении родительского авторитета. Но все меняется. Все французские эксперты по воспитанию выступают против физических наказаний. Вместо них они рекомендуют родителям научиться говорить «нет». Как и Марселли, они считают, что запретами нельзя злоупотреблять. Но раз уж иначе

никак нельзя, отказ должен быть решительным.

Вот что по этому поводу говорит Марсель Руфо, известный детский психиатр из Марселя: «Есть два поколения родителей — те, кого в детстве били и наказывали, но при этом они утверждают, что это их не травмировало. И современные родители, которые пытаются понять ребенка, а не тупо запрещать ему все. Роль родителей заключается в том, чтобы показать ребенку свой взгляд на мир, дать объяснения. Он их примет».

Эта идея не нова. О ней писал еще Руссо. «Разрешайте охотно, отказывайте неохотно, — писал он в „Эмиле“. — Однако пусть ваш отказ будет твердым. Пусть мольбы не трогают вас; раз произнесенное „нет“ должно стать медной заслонкой, сквозь которую ребенок попытается пробиться пять, шесть раз, но в итоге устанет и оставит попытки. Таким образом вы научите его терпению, безмятежности, спокойствию и смирению, даже когда он не получает того, что хочет.»

Лео родился не только живчиком, но еще и изрядным хулиганом.

— Хочу воды, — объявляет он однажды за ужином.

— А волшебное слово? — спрашиваю с улыбкой.

— Вода! — усмехнувшись, отвечает он. (Удивительно, но Лео — он больше похож на Саймона — говорит с легким британским акцентом. А вот у Джоуи и Бин произношение чисто американское.)

Глядя на него, размышляю: создать систему правил не так уж просто. Для этого нужны очень много внимания и повторения. Но как только ребенок осознает границы дозволенного, жизнь станет намного проще и спокойнее (или мне так кажется?). Бывают, конечно, моменты отчаяния тогда я говорю малышам: *«C'est moi qui décide*» («Здесь решаю я!»). Как ни странно, достаточно лишь произнести эту фразу, и я ощущаю уверенность в своих силах. Даже спина при этом распрямляется.

Использовать французские методы воспитания — значит совсем по-другому смотреть на мир. Я привыкла считать, что весь мир вращается вокруг детей. Но французский подход позволяет моим собственным потребностям занять более достойное место.

Когда я чувствую, что контролирую ситуацию, управляться с тремя детьми становится намного легче. Однажды весной в выходные Саймон уезжает в командировку, а я разрешаю малышам вытащить на балкон коврики и одеяла и построить марокканский шатер. Потом приношу им горячий шоколад, они сидят и пьют.

Но когда я рассказываю об этом Саймону, он тут же

спрашивает:

— Ну и сильно они тебя достали?

И действительно, случись все это несколько недель назад, я бы только изнервничалась. Порадоваться их игре мне бы не дала тревога, я бы ощущала себя слабой рядом с тремя детьми. И, скорее всего, накричала бы на них, а поскольку балкон выходит во двор, мой крик услышали бы все соседи.

Но теперь, когда «здесь решаю я» (хотя бы иногда), три ребенка на балконе и горячий шоколад — все это уже не кажется таким уж страшным. Мне даже удается выпить чашку кофе, сидя рядом с ними.

А однажды утром я веду Лео в ясли, одного. (Мы с Саймоном поделили утренние обязанности.) И вот, спускаясь на лифте, чувствую, что уже начинаю бояться того момента, когда мы выйдем во двор. И решаю сообщить сыну, вложив в эти слова всю свою уверенность, что мы больше не будем кричать во дворе. Озвучиваю это новое правило так, будто оно существовало всегда. Твердо объясняю, почему мы не будем кричать, глядя Лео в глаза. А потом спрашиваю, понял ли он меня, и жду, пока он ответит. Подумав немного, он отвечает: «Да».

И вот мы открываем стеклянную дверь, выходим во двор… и нас встречает тишина. Никто не кричит и не ноет. Лишь маленький мальчик быстро перебирает ножками и тянет меня за собой.

ГЛАВА 14
Пусть живут своей жизнью

Однажды в детском саду вывешивают объявление. Детей от четырех до одиннадцати лет приглашают в летнее путешествие в Высокие Вогезы, деревню примерно в пяти часах езды от Парижа. Поездка на восемь дней и — *sans parents* — без родителей.

Мне сложно представить, что я смогу отправить Бин — ей пять лет — совсем одну на восемь дней в «такую даль». Она даже у моей мамы больше одного дня с ночевкой не оставалась. А сама я впервые уехала на экскурсию с ночевкой (в океанариум), когда училась в старших классах.

Эта поездка — еще одно напоминание о том, что мне никогда не стать настоящей француженкой. Ведь французские мамы ровесников Бин, увидев объявление, сокрушенно качают головой: «Ох, как жалко. У нас уже другие планы…» Перспектива отослать своих «зайчиков» на неделю туда, где общие душевые и спальни на десять коек, похоже, никого не пугает.

Вскоре узнаю, что эта детсадовская поездка — еще цветочки. Я в летний лагерь впервые поехала, когда мне было десять или одиннадцать. Но во Франции таких лагерей тысячи, и туда берут даже четырехлеток! Самые маленькие обычно едут на семь-восемь дней в деревню, где катаются на пони, кормят козликов, учат песенки и «общаются с природой». Для детей постарше есть специализированные лагеря — театральные, астрономические или те, где занимаются греблей, например.

Предоставлять детям значительную степень независимости, подчеркивая способность преодолевать трудности и полагаться на самих себя, — один из основных принципов французского воспитания. Во время таких групповых поездок ребенок учится самостоятельности, в том числе на эмоциональном уровне, — у ребенка должна сложиться самооценка, не зависящая от похвалы взрослых.

Меня многое восхищает во французских принципах воспитания, и в кризисные минуты, не зная, как поступить, я часто спрашиваю себя: а что бы на моем месте сделала француженка? Но принять идею детской самостоятельности — как в случае с групповыми поездками — намного сложнее. Разумеется, я не хочу, чтобы мои дети слишком от меня зависели. Но к чему такая спешка? Неужели так необходимо учить их самостоятельности с самых ранних лет? Не перестарались ли в этом отношении французы? Как бы то ни было, стремление

научить детей полагаться на себя откровенно противоречит моим самым основным инстинктам — защитить малышей, сделать так, чтобы они чувствовали себя счастливыми.

Американцы воспитывают в детях независимость совсем иначе. Лишь когда я вышла замуж за Саймона, европейца, поняла, что все свое детство училась выживанию. Я стреляла из лука, плавала на перевернутом каноэ, училась разводить костер у человека на животе, чтобы не обжечь его, и делать из джинсов спасательный жилет прямо в воде.

В Европе учить детей подобным вещам не принято. В детстве Саймон не ставил палатку, не плавал на лодке. Вряд ли он сообразит, с какого конца забираться в спальный мешок. В условиях дикой природы он протянет от силы пятнадцать минут — и то, если у него в руках будет книжка из серии «Как выжить там-то и там-то».

Парадокс состоит в том, что всем этим навыкам первопроходцев я научилась в летнем лагере, — но только после того, как мои родители подписали юридически оформленное согласие не предъявлять претензии, если я вдруг утону. (Это было еще до того, как во всех школах установили веб-камеры, а на детские дни рождения стали печь торты без добавления орехов.)

Несмотря на скаутские значки и недюжинные успехи в гребле, дети-американцы живут в тепличных условиях. «В современном родительстве есть тенденция ограждать детей от эмоционального и физического дискомфорта», — пишет американский психолог Венди Могел в книге «Да здравствуют разбитые коленки». Вместо того чтобы отпускать детей на свободу, обеспеченные родители — клиенты Могел — «пытаются вооружить [детей] толстой броней навыков, обучая их многим вещам и заставляя биться за первое место и преуспевать».

И дело не в том, что для американцев самостоятельность детей — не главное. То есть мы не уверены, так ли уж она детям нужна. Мы считаем, что родители должны находиться рядом с детьми почти постоянно, чтобы уберечь их и сгладить возможные эмоциональные переживания. После рождения Бин мы с Саймоном даже шутили, что, когда она пойдет в колледж, мы просто переедем вместе с ней. А потом я прочла в журнале статью о том, как некоторые американские университеты теперь устраивают «прощальные вечеринки» для родителей первокурсников, таким образом намекая, что им пора уезжать.

Во Франции родители не обманывают себя, думая, что у них все под контролем. Да, они тоже хотят уберечь детей, но не пытаются перестраховаться даже на самый невероятный случай. Например, уезжая, не посылают ежедневные напоминания

мужьям закрывать дверь на задвижку и опускать сиденье унитаза, чтобы ребенок в нем не утонул, как делаю я.

Во Франции общественное мнение подталкивает родителей в противоположном направлении. Если они слишком опекают свое чадо и стремятся контролировать его опыт познания мира, кто-нибудь из знакомых или родственников обязательно скажет что-то вроде: «Пусть у ребенка будет своя жизнь».

Об этом писала еще Франсуаза Дольто. «Важнее всего для ребенка как можно раньше обрести самостоятельность, при условии, что его безопасность обеспечена, — писала она в книге „Основные этапы детства“. — Родители могут попасть в ловушку, не признавая истинных потребностей своего ребенка, — а свобода как раз является одной из них… Ребенок должен чувствовать, что его будут любить как самостоятельную личность, ощущать себя уверенно в пространстве, день за днем пользоваться все большей свободой, познавая мир, приобретая личный опыт и выстраивая отношения со сверстниками.»

Дольто, в частности, говорит и о том, как важно оставлять ребенка одного в безопасной обстановке, чтобы он сам разобрался, что к чему. По мнению Дольто, шестилетний ребенок должен уметь выполнять все касающиеся лично его действия по дому и в обществе, и родители должны верить, что он способен справиться.

Иностранцам сложно принять подобные методы. Моя американская подруга Энди, прожившая во Франции более двадцати лет, вспоминает, что, когда ее сыну было шесть лет, в их детском саду тоже устроили выезд на природу.

— И вот все другие мамашки твердят, как это здорово, что в апреле состоится *classe verte* (в дословном переводе — «зеленый класс»). А я думаю: что за *classe verte*? Выезд на природу? На неделю? Да вы что, с ума сошли!

В школе, где позже учился ее сын, посещать или не посещать «зеленые классы» по желанию можно было только первый год. Потом они стали обязательными, и весь класс из двадцати пяти человек каждой весной уезжал на неделю с учителем.

По американским меркам, Энди считает себя не слишком «прилипчивой» мамой. Но ей было трудно свыкнуться с мыслью, что ее ребенок один поедет в «зеленый класс» (в тот год его проводили на западном побережье Франции). Вне дома ее сын никогда не ночевал. По вечерам ей приходилось силком загонять его в душ. И она не могла представить, как он уснет, если не подоткнуть ему одеяльце. Энди нравилась его учительница, но она совсем не знала других взрослых из числа сопровождающих: племянника учительницы, воспитателя с детской площадки и

просто «какого-то знакомого воспитателя».

Когда Энди рассказала обо всем этом трем своим сестрам из США, те перепугались не на шутку.

— Помню, они сказали: «Они же не могут тебя заставить!» Одна сестра работает адвокатом, она тут же спросила: «Ты что-нибудь подписывала?» В основном они боялись педофилов.

На собрании по поводу поездки одна из мам (тоже американка) спросила учительницу: что та намерена делать в случае, если вдруг в воду упадет электропровод. Французские мамашки засмеялись. Энди была рада, что не задала похожий вопрос, но призналась, что он отражал и ее страхи.

Но больше всего Энди беспокоилась о том, что будет, если во время путешествия ее сыну станет грустно или плохо. На собрании она об этом не стала говорить. Когда такое случалось дома, она пыталась помочь малышу разобраться со своими эмоциями. Если он начинал плакать по непонятной причине, она спрашивала: «Что с тобой — ты напуган? расстроен? зол?»

— Это был мой метод. Мы вместе анализировали, что произошло.

Желание французов привить детям самостоятельность простирается далеко за пределы школьных поездок. Когда я иду по улицам нашего района, сердце екает, потому что здешние родители часто разрешают совсем маленьким детям бежать впереди по тротуару. Они доверяют им — знают, что на углу они остановятся и подождут. (Если ребенок еще и на самокате, я не могу спокойно смотреть.)

Я всегда представляю худшее. Вот мы встречаемся на улице с моей подругой Элен, останавливаемся поболтать, а три ее дочки тем временем подходят совсем близко к проезжей части. Элен уверена, что под машину они не выскочат, и потому спокойна. Думаю, что и Бин не стала бы. Но на всякий случай держу ее за руку. (Саймон любит вспоминать, что как-то раз я запретила Бин идти на футбольный матч болеть за него, боясь, что в нее попадет мяч.)

Во Франции часто бывают моменты, когда я хотела бы помочь детям, но знаю, что они должны все сделать сами. Например, я вижу, как воспитатели из яслей, куда ходят мои сыновья, ведут малышей в булочную за свежими багетами. Это не экскурсия, а просто прогулка с детьми. Через несколько недель совершенно случайно узнаю, что Бин была в зоопарке и большом парке на окраине Парижа (мы идем в тот же зоопарк, и Бин радостно сообщает, что уже ходила сюда). Никакие разрешения я не подписывала, да меня и не просили. Кажется, французских родителей ничуть не беспокоит, что во время прогулок может

случиться что-то плохое. А когда танцевальная группа Бин устраивает концерт, меня даже не пускают за кулисы. «Передайте ей белые леггинсы», — единственное указание, которое я получила. С се учительницей танцев я ни разу не разговаривала. Ведь она занимается с Бин, а не со мной. Последние несколько недель Бин твердила мне: «Не хочу быть марионеткой», — что это значит, я не знала. Но стоило занавесу подняться, как я все поняла. На сцене появилась Бин, в полном макияже, и вместе с десятком других девочек принялась резко дергать ногами и руками под песню «Марионетка». Малышки, двигающиеся вразнобой, действительно похожи на сбежавших из кукольного театра марионеток… Однако, глядя на Бин, я понимаю, что она запомнила все движения 10-минутного танца — без моей помощи. Когда после концерта она выходит, я рассыпаюсь в восторгах, какая же она молодец. Но Бин разочарована.

— Я забыла, что не хотела быть марионеткой, — говорит она.

Во Франции дети более независимы не только в том, что касается внешкольных занятий. Они и в общении друг с другом ведут себя очень самостоятельно. Родители никогда не вмешиваются в ссоры на детских площадках, не выступают посредниками между детьми в семье. Считается, что дети должны сами решать свои проблемы.

Однажды забираю Бин из детского сада, она выбегает ко мне с кровью на щеке. Рана неглубокая, но кровоточит. Дочь отказывается говорить, что произошло (и, кажется, ее это не очень беспокоит — ей не больно). Воспитатель утверждает, что ничего не знает. Стараясь не заплакать, расспрашиваю директрису детского сада, но та тоже ничего не видела. И самое главное, обе очень удивлены, что я подняла такой переполох.

Моя мама как раз была у нас в гостях. Она в шоке от подобного безразличия. В США это повлекло бы за собой официальное расследование и звонки домой пострадавшей с подробнейшими объяснениями.

Для французских родителей подобные происшествия, конечно, неприятны, однако никто не делает из них трагедию шекспировского масштаба.

— Мы, французы, считаем, что это даже хорошо, если дети слегка подерутся, — объясняет мне журналистка и писательница Одри Гутар. — Таков уж французский, даже, скорее, средиземноморский темперамент. Нам по душе, что наши дети способны защитить свою территорию и вступить в перебранку с другими детьми… Нас не беспокоит насилие на детской площадке — в разумных пределах.

Бин не хочет рассказывать о том, кто ее поранил, и это

отражает еще один аспект этики самостоятельности. Ябедничество воспринимается крайне отрицательно. Французы объясняют это тем, что во время Второй мировой войны доносы на соседей заканчивались смертью последних. На ежегодном собрании жильцов нашего дома, многие из которых помнят Вторую мировую, пытаюсь выяснить, кто все время опрокидывает нашу коляску в подъезде.

— Мы не доносим на соседей, — отвечает одна старушка. Все смеются.

Американцы тоже не любят ябед. Но во Франции даже у детей есть некая внутренняя решимость: лучше получить пару ссадин, но держать рот на замке. Это считается важным жизненным навыком. Кроме того, в семье у каждого есть право иметь секреты.

— У нас с сыном могут быть секреты, о которых маме рассказывать нельзя, — признается гольфист Марк.

Вспоминаю французский фильм, в котором герой забирает из полицейского участка свою дочь-подростка, которую задержали за кражу в магазине и сигареты с марихуаной. По пути домой та оправдывается, говоря, что по крайней мере не донесла на подругу, которая была с ней.

Общество, в котором ябедничать не принято, способствует сплоченности среди детей. Они учатся полагаться друг на друга и на самих себя, а не бежать за помощью к родителям или учителям. И никто не считает, что необходимо всегда говорить правду, чего бы это ни стоило. Марк и его жена, американка Робин, рассказывают, как их сын Эдриен стал свидетелем того, как другой мальчик взорвал в школе хлопушки. Проводилось серьезное расследование. Робин настаивала, чтобы Эдриен все рассказал директору. Марк же советовал ему подумать о том, как это отразится на репутации другого мальчика, а также на физиономии самого Эдриена, когда виновник «наваляет» ему.

— Нужно просчитать все риски, — говорит Марк. — Если выгоднее не делать ничего, пусть не делает ничего. Я хочу, чтобы мой сын учился анализировать.

Снова сталкиваюсь с этим стремлением — позволить детям все понять самостоятельно, когда делаю ремонт в квартире. Естественно, я хочу сделать квартиру максимально безопасной для детей. Выбираю резиновое покрытие для детской ванной, чтобы малыши не поскользнулись на мокрой плитке. Проверяю, у всех ли электроприборов есть защита от детей, и покупаю духовку с дверцей, которая не нагревается.

А вот прораб Режи, простой грубоватый парень из Бургундии, кажется, считает меня ненормальной. Он говорит, что

единственный способ «обезопасить» духовку — позволить детям один раз обжечься. Режи отказывается стелить резиновые полы в ванной, потому что они «выглядят ужасно». Соглашаюсь, лишь когда он приводит другой аргумент: с плиткой можно будет продать квартиру дороже. Ненагревающуюся духовку я все же устанавливаю.

В день, когда меня приглашают почитать английские сказки в детсадовской группе Бин, воспитательница проводит короткий урок английского. Она показывает детям ручку и просит по-английски сказать, какого она цвета. Один из четырехлетних «учеников» в ответ бормочет что-то про свои ботинки.

— Это тут ни при чем, — говорит воспитательница.

Я шокирована таким ответом. Мне кажется, невзирая на то что малыш ответил невпопад, надо было сказать ему что-нибудь хорошее. Ведь я выросла в Америке, где традиционно принято «воспринимать каждую мысль ребенка как особый вклад» (слова социолога Аннетт Ларо). Мы хвалим детей даже за высказывания, не относящиеся к делу, пытаясь тем самым воспитать в них уверенность и высокую самооценку. В книге «Культурные различия» *(Cultural Misunderstandings)* Рэймонд Кэрролл пишет, что американские родители «готовы на все, лишь бы не критиковать своих детей, не высмеивать их вкусы и не указывать им постоянно, как и что делать».

Во Франции подобное поведение сильно отличается от общепринятого. Еще раз убеждаюсь в этом, когда веду детей на батуты в сад Тюильри рядом с Лувром. На огороженном участке каждый прыгает на своем батуте; родители следят за детьми, сидя на скамейках по периметру. Но одна мама принесла с собой стул и поставила его внутри огороженного участка — прямо перед батутом, на котором скачет ее сын. Каждый раз, когда он взлетает вверх, она кричит «Ура!». Мне даже не надо подходить ближе, чтобы понять: передо мной американка.

Я так уверена в этом, потому что сама еле сдерживаюсь, чтобы не закричать «Ура!» каждый раз, когда мои дети подскакивают на батуте, — и не сдерживаюсь, когда они катаются с горки. Это «Ура!» на самом деле означает: «Я вижу, как ты катаешься! Я одобряю! Ты просто чудо!» По такому же принципу я всегда расхваливаю самые ужасные поделки и рисунки. Мне кажется, я должна это делать, чтобы подкрепить их самооценку.

Во Франции родители тоже хотят, чтобы их дети росли уверенными в себе: *bien dans leur peau* («ощущали себя комфортно в своей шкуре»). Но добиваются этого иначе: они не верят, что похвала всегда ведет к положительному результату.

Французы считают, что дети чувствуют себя уверенно, если умеют делать что-то самостоятельно — и делают это хорошо. Когда малыш учится говорить, родители не станут хвалить его за каждое произнесенное слово. Его похвалят лишь тогда, когда он скажет что-то интересное и произнесет это правильно. Социолог Рэймонд Кэрролл говорит, что французы стремятся научить своих детей «хорошо объясняться». Она цитирует слова одного француза: «Во Франции, если ребенок хочет что-то сказать, взрослые его слушают. Однако они не будут слушать вечно; если возникает заминка, кто-то из родителей обычно заканчивает фразу за него. Таким образом, у ребенка возникает привычка формулировать свои мысли прежде, чем произнести их вслух. Дети учатся говорить быстро и так, чтобы другие заинтересовались».

Но даже когда юный француз говорит что-то интересное или дает верный ответ на вопрос, взрослые не спешат расхваливать его на все лады. И не ведут себя так, будто любое произнесенное им слово — повод сказать «молодец». Однажды я привожу Бин в поликлинику на осмотр, и педиатр просит ее сложить деревянную головоломку. Бин справляется без труда. Пробурчав едва слышное *«hon»* («хорошо»), врач продолжает осмотр. (Причем это ее «хорошо» звучит не как похвала, а скорее как «о'кей, поехали дальше».)

Воспитатели и прочие авторитетные взрослые не только не хвалят детей, когда они заслуживают похвалы, — к моему огромному разочарованию, они не хвалят их в присутствии родителей. Сначала я думала, что это личная особенность воспитательницы Бин, довольно угрюмой дамы. Но на второй год в саду появились две новые воспитательницы. Одна из них — энергичная и очень добрая девушка Марина, с которой у Бин прекрасные отношения. Однако, когда я спрашиваю Марину об успехах Бин, та отвечает, что Бин *très compétente*. Набираю эту фразу в гугл-переводчике — вдруг я что упустила, и *compétente* значит «блестящая воспитанница»? Но нет: «очень способная». Всё.

Хорошо, что я уже ни на что не рассчитываю, когда в середине семестра мы с Саймоном идем на встречу с Агнес, второй воспитательницей. Агнес тоже очень милая и заботливая. Но и от нее не дождешься комплиментов; она вообще ничего не говорит о Бин, даже самых общих слов. «Все в порядке», — единственное, что мы от нее слышим. Потом она показывает нам листок с упражнениями — один из двадцати, наверное, которые Бин не смогла выполнить. И не слова о том, какие успехи делает моя дочь по сравнению со сверстниками.

Саймон замечает, что во Франции хвалить ребенка не входит в обязанности воспитателя. Агнес должна выявлять проблемы. Если малыш явно не справляется, родители обязаны об этом знать. Но если все в порядке, о чем говорить?

Стремление видеть лишь промахи — знаменитая и часто критикуемая особенность французского образования. Здесь никто не будет пытаться подкрепить положительный настрой детей (и родителей) похвалами. На выпускных экзаменах во французских школах почти невозможно получить высший балл. Прекрасным считается результат 14 из 20, а уж 16 из 20 — вообще идеальным.

Друзья знакомят меня с Бенуа, отцом двоих детей, профессором престижного французского университета. Бенуа говорит, что его сын превосходно учится (он в старших классах). Однако самая высокая похвала, которой мальчик когда-либо удостаивался от учителя, — «довольно качественно». По словам Бенуа, во Франции учителя сравнивают учеников не друг с другом, а противопоставляя их некоему идеалу, который практически недостижим. Даже выдающееся сочинение французский учитель похвалит так: «Это неплохо, но вот здесь, здесь и здесь — полная ерунда».

В старших классах совершенно не ценится умение учеников выражать свое мнение и эмоции.

— Если сказать: «Мне нравится это стихотворение, потому что оно отражает мои собственные переживания», — это будет совершенно неправильно, — говорит Бенуа. — В старших классах учат логически мыслить. Свободное творчество не приветствуется. Главное — уметь логично излагать свои мысли.

Когда Бенуа преподавал в Принстоне, его очень удивляло, что студенты считают его строгим профессором.

— Потом я понял, что там принято говорить что-то хорошее даже про худшие работы, — вспоминает он.

Бывали и противоположные ситуации: одна американка, преподаватель старших классов во французской школе, столкнулась с жалобами родителей, когда дети принесли домой слишком высокие оценки: 18 из 20 и 20 из 20. Родителям показалось, что задание было слишком простым, а оценки «необъективными».

Недостаток такого подхода состоит в том, что из-за постоянной критики дети могут чувствовать себя забитыми. Моя подруга, учившаяся во французской школе, переехала с родителями в Чикаго. Она была потрясена, увидев, как уверенно отвечают на занятиях ее новые одноклассники. Для нее было откровением, что детей здесь не критикуют за то, что они неправильно выполнили задание или задают «тупые» вопросы.

Еще одна моя подруга, работающая врачом в Париже, восторженно рассказывала о своих занятиях йогой с новым инструктором, американкой:

— Она все время повторяет, как хорошо у меня получается и какая я прекрасная!

За все годы, проведенные во французских учебных заведениях, ей, видимо, никогда не приходилось слышать столько приятных слов.

А что же французские родители? В целом они гораздо чаще хвалят своих детей, чем воспитатели и учителя. Но и они не раздают похвалы по поводу и без. Видимо, они понимают, что моменты радости, которыми наслаждается ребенок каждый раз, когда взрослый произносит «молодец», не должны возникать слишком часто. Если малыш привыкнет слышать только хорошее, со временем он будет нуждаться в постоянном одобрении, чтобы поддерживать высокую самооценку. К тому же, если ребенок знает, что его все равно похвалят, что бы он ни сделал, он перестает стараться. Зачем? Ведь все равно он услышит только хорошее!

Поскольку я американка, меня лучше всего убеждают научные данные. Оказывается, и здесь французские родители, то ли интуитивно, то ли следуя велению традиции, поступают в русле последних научных изысканий.

Если верить книге По Бронсон и Эшли Мерримен «Шоковое воспитание» *(NurtureShock)*, вышедшей в 2009 году, общепринятое мнение о том, что «похвала, самооценка и высокий результат взаимозависимы», опровергают новые исследования. Ученые доказали, что «чрезмерная похвала… меняет мотивацию ребенка; он начинает совершать поступки лишь для того, чтобы услышать похвалу, и перестает получать удовольствие собственно от действия».

Бронсон и Мерримен цитируют исследование, согласно которому ученики, которых чрезмерно хвалили в школе, поступив в колледж, «начинают избегать рискованных ситуаций». Им «не хватает самостоятельности»; они «часто бросают курс, лишь бы не получить посредственную оценку; им трудно выбрать специализацию; они боятся остановиться на чем-то конкретном из страха, что у них ничего не получится».

Исследование также опровергает другую общепринятую истину: если у детей что-то не выходит, родители должны «смягчить удар», отыскав в неудаче хоть что-то положительное. Гораздо лучшая тактика, подсказывают ученые, — проанализировать ошибку. Это даст детям уверенность, что в следующий раз они поступят как надо.

Пусть методы французского образования покажутся кому-то жестокими, особенно в старших классах, но воспитатели Бин избрали именно эту тактику; она отражает позицию и большинства французских родителей.

Такое впечатление, что французы воспитывают детей, экспериментируя, и таким образом выявляя, какая тактика работает, а какая нет. Их обычно не интересуют чьи-то идеи о том, как воспитывать детей, — они просто видят, какая стратегия эффективна. И приходят к выводу: похвала нужна в меру, однако если перестараться, то можно помешать ребенку «жить своей жизнью».

На зимние каникулы везу Бин в США. На семейном сборище она устраивает настоящий спектакль одного актера: изображает учительницу и раздает взрослым задания. Все это мило, но не то чтобы очень, честно говоря. И тем не менее спустя некоторое время все взрослые в комнате бросают свои дела и начинают петь дифирамбы: мол, какая же Бин молодчинка. (А хитрюга Бин пересыпает свою речь французскими словечками и песенками, зная: это всегда производит впечатление.)

К моменту окончания спектакля Бин лучится от похвал. Для нее это, пожалуй, самый счастливый момент за всю поездку. Я тоже улыбаюсь. Похвалы в адрес Бин я воспринимаю и на свой счет, мне их так не хватало во Франции. До конца ужина все, кто сидит с нами рядом, только и говорят о замечательном выступлении моей дочери.

Пока мы на каникулах, это прекрасно. Но я не уверена, что хочу, чтобы Бин постоянно отвешивали комплименты. Да, это приятно, но вкупе с комплиментами идет и другое: например, дети учатся перебивать взрослых, потому что их распирает от осознания собственной важности. Кроме того, такие вот похвалы могут создать у ребенка ошибочное представление о том, что на самом деле выглядит смешно.

Я уже смирилась с тем, что раз мы решили остаться жить во Франции, мои дети никогда не научатся стрелять из лука. (Хотя вряд ли на них когда-нибудь нападут американские индейцы XVIII века.) Я даже согласна хвалить их поменьше. Однако мне куда труднее приспособиться к французскому понятию самостоятельности, охватывающему все вокруг. Я знаю, что у моих детей есть свои личные душевные переживания, к которым я не имею отношения, и я не смогу вечно оберегать их от разочарований. Однако теория о том, что у них — своя жизнь, а у меня — своя, не учитывает *мои* душевные переживания. И не согласуется с *моими* эмоциональными потребностями.

Вместе с тем не могу не признать, что дети больше всего довольны именно тогда, когда я поручаю им что-то сделать самостоятельно. Я, конечно, не выдаю им нож, чтобы нарезать арбуз, да и они понимают, что есть вещи, которые им пока не под силу. Но я не оставляю их без дела, даже если нужно всего лишь отнести на стол тарелку. Осуществив этот маленький подвиг, они всегда успокаиваются и чувствуют себя счастливее.

Возможно, Дольто была права, когда говорила, что шесть лет — это своеобразный рубеж. Однажды ночью я, больная гриппом, все время бужу Саймона своим кашлем. Посреди ночи решаю уйти на диван. В половине восьмого дети заходят в гостиную, но я едва могу пошевелиться. И не могу накрыть стол к завтраку.

И тогда стол накрывает Бин. Я лежу на диване, закрыв глаза, и слышу, как она выдвигает ящики, ставит тарелки, достает молоко и хлопья. Ей пять с половиной, а она уже взяла на себя мои обязанности. И даже поручила часть из них Джоуи: он раскладывает ложки.

Через пару минут Бин подходит ко мне.

— Завтрак готов, но тебе придется сделать кофе, — спокойно говорит она.

Меня поражает, насколько счастливой — и по-французски рассудительной — делает ее самостоятельность. А ведь я даже не хвалила ее. Она просто сделала что-то совсем новое для себя, и ей достаточно было моего молчаливого присутствия.

Мне очень нравится и мысль Дольто о том, что детям нужно доверять. Доверяя им и уважая их, я заслужу доверие и уважение для себя. И это так приятно! Тиски взаимозависимости, неизбежные на моей родине, приятными никак не назовешь. Да и постоянная нервозность — не лучшая основа для воспитания.

Позволить детям «жить своей жизнью» — не значит отпустить их на все четыре стороны (хотя поездки всем классом, по-моему, по-другому не назовешь). Главное — признать, что дети не являются воплощением родительских амбиций, «проектами», которые мы, родители, стремимся довести до совершенства. Это отдельные, вполне самостоятельные маленькие люди, у которых свой вкус, свое понятие об удовольствии и опыт познания мира. И даже свои секреты.

В конце концов моя подруга Энди отпустила своего старшего сына на запад Франции. Говорит, ему понравилось. И он прекрасно засыпал без подоткнутого одеяльца: видимо, Энди это было нужно больше, чем ему. Когда и младшему сыну настало время отправиться в «зеленый класс», она отпустила его, не колеблясь.

Может быть, и я рано или поздно привыкну к этим поездкам, хотя пока не решилась отпустить Бин. Эстер предлагает отправить девочек в летний лагерь в следующем году — им будет по шесть лет. Я с трудом представляю это. Да, мне хочется, чтобы мои дети научились полагаться на себя, справляться с трудностями, стали счастливыми. Но еще я хочу, чтобы они держали меня за руку. И не отпускали.

Наше французское будущее

Моя мама наконец смирилась с тем, что мы живем на другом краю океана. Она даже взялась учить французский, хоть получается у нее не так хорошо, как ей хотелось бы. Мамина подруга, которая жила в Панаме, почти не зная испанского, предложила такой метод: говорить предложениями в настоящем времени, после чего обозначить то время, которое на самом деле необходимо: «Я иду в магазин… *Pasado!»* («Я сходила в магазин»), «Я иду в магазин… *Future!»* («Я пойду в магазин позже»).

Я запретила маме делать так, когда она приедет. Ведь у меня теперь есть репутация, которую нужно беречь, — сама себе поражаюсь! У меня трое детей, которые ходят в местную школу, и хорошие отношения с хозяином рыбной лавки, портным и владельцами местных кафе. Париж, наконец, начал обращать на меня внимание.

Я все еще не умею восхищаться этим городом. Меня утомляют бесконечные обмены любезностями — *Bonjour! Bonjour!* — как и чопорное общение на «вы» со всеми, кроме ближайших друзей и коллег. Жизнь во Франции кажется слишком накрахмаленной, моему свободолюбивому «я» негде развернуться. Понимаю, как сильно изменилась, когда однажды утром в метро инстинктивно вздрагиваю и не решаюсь сесть на единственное свободное место, потому что мужчина, сидящий рядом, показался мне ненормальным. Потом до меня доходит, что единственным признаком его «ненормальности» были шорты.

И все равно в Париже я теперь как дома. Как говорят французы, я нашла свое место. У меня появились замечательные друзья. Оказалось, что под ледяным фасадом француженок тоже скрывается потребность в дружеском плече, в зеркальном поддакивании. Они тоже стесняются целлюлита. Благодаря своим новым друзьям я теперь говорю по-французски, как парижанка. Иногда сама себе удивляюсь, услышав из своих уст связные французские предложения.

И это здорово, что дети растут билингвами! Как-то утром одеваюсь, а Лео показывает на мой бюстгальтер.

— Это что? — спрашивает он.

— *Bra,* — отвечаю я по-английски.

Лео тут же показывает на свою руку. Я не сразу понимаю, но потом до меня доходит, что по-французски *bras* (с немым *s* на конце) означает «рука». Наверное, научился в яслях. Расспрашиваю его, и оказывается, он уже знает почти все названия частей тела по-французски.

Но что действительно сроднило меня с Францией, так это мудрость французских методов воспитания. Ведь именно здесь я узнала, что дети способны быть самостоятельными и вести себя рассудительно, что никогда не пришло бы мне в голову, воспитывай я их в США. Теперь меня в этом не разубедить, даже если мы переедем в другую страну.

Разумеется, некоторые французские идеи легче претворять в жизнь, когда находишься на французской земле. Гораздо проще не кормить детей вредными снеками, когда и другие дети на площадке их не едят. И устанавливать границы дозволенного легче, если для всех вокруг они примерно одинаковы. (Я часто спрашиваю Бин: «А в садике вам это разрешают?»)

Но многие методы французского воспитания можно применять где угодно, независимо от страны пребывания и количества сортов сыра! Просто родителям нужно немного изменить свои взгляды на отношения с детьми и пересмотреть свои ожидания.

Друзья часто спрашивают, воспитываю ли я своих детей больше французами или американцами. Когда мы с ними находимся в общественном месте, мне кажется, истина где-то посредине: по сравнению с детьми знакомых французов мои ведут себя плохо, по сравнению с детьми американцев — хорошо. Они не всегда вспоминают, что надо говорить *bonjour* и *au revoir,* но по крайней мере знают, что так принято. Как истинная французская мать, я постоянно им об этом напоминаю. Для меня это часть непрерывного процесса обучения, в рамках которого они каждый день учатся уважать окружающих и быть терпеливыми. И похоже, мое воспитание начинает приносить плоды.

Я все еще стремлюсь к французскому идеалу: уметь слушать детей, зная при этом, что нельзя склоняться перед их волей. В кризисные моменты я по-прежнему говорю: «здесь решаю я», напоминая всем, кто в доме хозяин. Моя задача — сделать так, чтобы дети не утонули в океане собственных желаний. Но, по возможности, я всегда отвечаю «да».

Мы с Саймоном больше не спорим, стоит ли нам оставаться во Франции. Если останемся, не знаю, что нас ждет, когда подрастут дети. Когда дети становятся подростками, французы очень сильно ослабляют поводок и совершенно спокойно относятся к тому, что у тех появляется личная жизнь, даже сексуальная. Возможно, поэтому подростки здесь меньше бунтуют.

Французским подросткам также легче смириться с тем, что и у их *maman* и *papa* есть своя частная жизнь. В конце концов,

родители никогда от них этого не скрывали, их жизнь не вращалась исключительно вокруг детей. Рано или поздно дети планируют покинуть родительский дом. Но если француз или француженка в двадцать пять лет все еще живут с родителями, это не считается унизительным и жалким, как в Америке. Здесь никто не мешает друг другу «жить своей жизнью».

В то лето, когда Бин переходит в подготовительную группу, я понимаю, что воспитание по-французски стало для меня второй натурой. Почти все друзья Бин на лето уезжают к бабушкам и дедушкам. И я решаю отправить ее в Майами, к своей маме. Мама все равно приедет к нам в Париж — вот и улетят вместе.

Но Саймон против. Что если Бин соскучится по дому, а мы на другом конце света? Здесь, во Франции, я подыскала ей лагерь с ежедневными уроками плавания.

Но она приедет в середине смены. Не будет ли ей трудно завести друзей? Саймон предлагает подождать еще год, чтобы Бин немного подросла.

Но Бин приходит в восторг, узнав о поездке. Она заверяет нас, что не будет скучать у бабушки, и в лагерь ей очень хочется. Саймон наконец соглашается, видимо, решив, что, пока Бин будет в отъезде, у него освободится время для его любимых кафе. Потом я слетаю в Майами и привезу Бин домой.

Инструктирую маму по основным пунктам: никакой свинины, побольше солнцезащитного крема. Мы с Бин целую неделю думаем, что положить в сумку, которую она возьмет в ручной багаж. Обе начинаем «скучать заранее», и я обещаю звонить каждый день.

И звоню. Но как только Бин прилетает в Майами, ее захватывают приключения, и она уже не может продержаться у телефона больше минуты или двух. Приходится узнавать все из докладов мамы и ее подруг. Одна из них пишет: «Сегодня Бин ела суши, учила нас французскому, делилась важными проблемами, связанными с детсадовскими подружками, а потом уснула с улыбкой на лице».

Всего через несколько дней произношение Бин, раньше загадочно-неопределенное, с легким британским акцентом, меняется на чисто американское. *Car* она произносит с раскатистым *rrrrrrr* на конце. При этом она вовсю эксплуатирует свой статус экспатриантки. Мама говорит, что в машине они слушали кассеты с уроками французского, и Бин заявила: «Этот человек не умеет говорить по-французски!»

А еще Бин пытается выяснить, что там происходит в Париже в ее отсутствие. «Папа потолстел? Мама состарилась?» —

спрашивает она примерно через неделю. Она сообщает всем, когда я приеду в Майами, надолго ли и куда мы потом поедем. Как и предсказывала Франсуаза Дольто, Бин нуждается в самостоятельности.

Стоит мне рассказать подругам о заграничном путешествии Бин, их реакции делятся в точном соответствии с национальностью. Американки называют Бин «храброй девочкой» и интересуются, как она переносит разницу в культурах. Никто из моих знакомых американок и не думает отослать своих шестилетних детей на десять дней к бабушке, тем более через океан. Однако мои знакомые француженки считают, что расставание иногда полезно для всех. Они ничуть не удивляются тому, что Бин и без меня может быть весела, и рады, что у меня появилась возможность заслуженно отдохнуть.

По мере того как наши дети учатся самостоятельности, налаживаются и наши с Саймоном отношения. У него по-прежнему бывают вспышки раздражения, и я по-прежнему досаждаю ему, но он, похоже, решил, что иногда можно побыть в хорошем настроении, а как-то вдруг признался, что ему приятно мое общество. Бывает, он даже смеется над моими шутками.

При этом, как ни странно, он находит весьма забавным юмор Бин.

— Ты, когда родилась, была похожа на обезьянку, — говорит он ей однажды утром.

— А ты, когда родился, был похож на какашку, — отвечает она.

Саймон смеется до слез. Я же никогда не была особым ценителем фекально-сюрреалистического юмора. И не собираюсь начинать ради Саймона, зато готова пойти на другие уступки. Например, стараюсь не придираться, когда он дает детям апельсиновый сок, забыв встряхнуть пакет. Теперь я понимаю, что, как и детям, ему нужна самостоятельность. И если получу стакан апельсиновой мякоти вместо сока — что ж, пусть будет так. А еще я перестала спрашивать, о чем он думает. Научилась ценить некую недосказанность в наших отношениях.

Прошлым летом мы снова поехали в тот приморский городок, где я впервые заметила, как спокойно французские дети едят в ресторанах. На этот раз с нами не одна Бин — детей трое. Мы и не пытаемся остановиться в гостинице, а поступаем мудро и снимаем домик со своей кухней.

Однажды днем ведем малышей на обед в ресторан у гавани. Стоит идеальная летняя погода, белоснежные домики блестят на полуденном солнце. И как ни странно, нам — всем пятерым —

удается насладиться этой идиллией. Дети сидят и спокойно едят, в том числе рыбу и овощи. Ни одной крошки не падает на пол. Я слегка поучаю их, но не кричу. Конечно, я не расслабляюсь полностью, как если бы мы были вдвоем с Саймоном. Но ведь это уже действительно похоже на отпуск. И после обеда нам даже удается выпить по чашечке кофе.

Благодарности

Я бесконечно благодарна своему агенту Сюзанн Глюк, а также Энн Годофф и Вирджинии Смит из *Penguin Press.*

Огромное спасибо Сапне Гупта за тщательную вычитку рукописи.

Адаму Куперу, который помог советом и поддержкой, когда они были мне очень нужны.

Полин Харрис — за профессиональную помощь в подготовке материала.

Кену Друкерману, который не только снабдил комментариями первые главы, но и принимал посылки на мое имя.

Merci всем мамочкам, прочитавшим мою книгу; Кристин Такконе, Брук Пайо, Дитлинд Лернер, Амелии Релле, Шерон Галант и отважной Ханне Купер, которая читала главы о беременности во время схваток!

За поддержку, которая часто приходила в виде еды или крыши над головой, спасибо Скотту Венгеру, Джоанн Фелд, Адаму Эллику, Джеффри Самберу, Кари Сник, Патрику Вайлю, Аделин Эскобар, Шейне Друкерман, Марше Друкерман, Стиву Фляйшеру и Нэнси и Рональду Геллес.

Спасибо коллегам из *Rue Bleue* за сплоченность, советы по воспитанию и за то, что научили обедать с удовольствием.

Я очень благодарна французским семьям, которые позволили мне побывать у них в гостях, и тем людям, которые нас познакомили: Валери Пикар, Сесиль Агон, Элен Туссен, Уильяму Ойри, Вероник Буру-Оберто, Гейл Негбаур, Люси Порше, Эмили Уолмсли, Андреа Ипактчи, Джонатану Россу, Робинн Пендарис, Бенджамину Бенита и Лоуренсу Кальмансону.

Спасибо яслям *Cour Debille* и *Enfance et Decouverte,* особенно Мари-Кристин Барисон, Анне-Мари Лежандр, Сильви Мете, Дидье Трийо, Александре Ван-Кершавье и Фатиме Абдулларифф.

Особая благодарность семье Фанни Жербе.

Писать книгу о воспитании детей намного проще тем, кому повезло с родителями: я имею в виду своих — Бонни Грин и Генри Друкермана.

А еще хорошо быть замужем за человеком, который знает твое дело лучше тебя самой. Без поддержки и терпения моего мужа, Саймона Купера, эта книга не появилась бы на свет. Он критиковал все мои черновики, и благодаря этому я стала писать лучше.

И наконец, спасибо Лео, Джоэлю и Лайле. Вот чем их мама

все время занимается в своем кабинете! Надеюсь, однажды вы поймете, что все это было не зря.

notes

Примечания

1

В России — 1,14. — Примеч. ред.

2

Низкоуглеводная диета, разработанная кардиологом Робертом Аткинсом. — Примеч. ред.

3

В России 1 к 2900. — Примеч. ред.

4

Дословно «ассистент по уходу за детьми».

5

В России: около 80 % детей находятся на грудном вскармливании до трех месяцев, около 50 % — до шести, около 25 % — до года. Однако есть мамы, в основном имеющие среднее образование, которые кормят детей и после года. — Примеч. ред.

«Тертая морковь» и «конфитюр с маслом» (фр.).

7

Блинчик (англ.).

8

В России за применение физических наказаний — 73 % родителей. — Примеч. ред.